



Nie wszystkie piosenki są o miłości

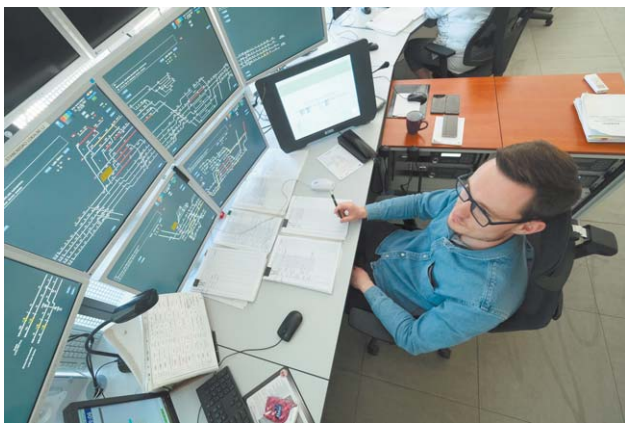
Wywiad z Henrykiem Miśkiewiczem, polskim jazzmanem,
saksofonistą i klarnecistą, który – wraz z córką Dorotą i synem
Michałem – wystąpi w niedzielę na festiwalu Dźwięki Słów
w Lublinie

Strony 4-5



Pociągi pod specjalnym nadzorem

Już w tym roku powinny przyspieszyć pociągi kursujące między Lublinem a Warszawą, chociaż jeszcze nie na całej trasie. Taki efekt ma przynieść certyfikacja nowych systemów bezpieczeństwa. Większe przyspieszenie czeka nas w 2023 roku



Lokalne Centrum Sterowania przy ul. Garbarskiej w Lublinie



Trzy osoby siedzą przed monitorami, na których widać plataninę białych, czerwonych i żółtych kresek. Obok, na ekranie jest podgląd z kamer zamontowanych na jednym przejeździe. A obok jest gotowe miejsce na kolejne, czwarte stanowisko pracy.

Tak wygląda od środka Lokalne Centrum Sterowania przy ul. Garbarskiej, gdzie pracują ludzie odpowiedzialni za to, by pociąg trafił na właściwy tor i odpowiedni peron.

– Dyżurny ruchu ma podgląd na wszystko. Ma na monitorach wszystkie układy torowe, które nadzoruje, po których prowadzi ruch pociągów. Ponadto wszyst-

kie sytuacje dziejące się na takim odcinku są wyświetlane na komputerach, a reakcja jest natychmiastowa – mówi Andrzej Matysiewicz, dyrektor Zakładu Linii Kolejowych w Lublinie.

Nowe LCS powstało przy okazji modernizacji linii kolejowej z Lublina do Warszawy i zastąpiło cztery stare nastawnie.

Od października ubiegłego roku, gdy zaczęło działać, zdążyło skontrolować przejazd już ponad 200 tysięcy pociągów na stacji Lublin Główny.

Sprzed komputerów przy Garbarskiej nadzorowana jest najważniejsza lubelska stacja oraz 16 km przyległych do niej torów.

– Po zakończeniu wszystkich prac przy budowie zdalnego sterowania na odcinku Klementowice-Motycz dyżurni ruchu będą śledzić na monitorach ruch pociągów łącznie na 45 km linii między Puławami a Lublinem – zapowiada Rafał Wilgusiak ze spółki PKP Polskie Linie Kolejowe. Docelowo nadzorowanych kamerami ma być też 15 przejazdów między Lublinem a stolicą.

Dzięki kolejowym inwestycjom wzrosnąć ma bez-

pieczeństwo ruchu, a pociągi będą mogły pojechać szybciej. Taki efekt ma przynieść certyfikacja europejskiego systemu bezpieczeństwa ruchu, który wdrażany jest na naszych torach. Linia warszawska na odcinku między Pilażą a Dęblinem może się spodziewać certyfikatu w czwartym kwartale tego roku. – A od Dębina do Lublina w roku 2023 – mówi Matysiewicz.

Jaki będzie efekt dla pasażera? – Będziemy mogli pojechać z prędkością 160 km/h – odpowiada Wilgusiak. Wartość nowego LCS to ponad 2 mln zł

DOMINIK SMAGA



Andrzej Matysiewicz, dyrektor Zakładu Linii Kolejowych w Lublinie
FOT. MACIEJ KACZANOWSKI

O Paderewskim, Wieniawskim, A

Sławomir Skomra

• **Koncertował pan właśnie w Toruniu i zakończył pan sezon Paderewskim. Napisał pan w internecie, że to był sezon „w jakimś sensie przełomowy”. Dlaczego?**

– Bo był zawodowo szczególny. I jeszcze muzyka i postać Ignacego Paderewskiego jest w polskiej kulturze nie do przecenienia.

• **Jest wielowymiarowa.**

– Ale może nie każdy zdaje sobie z tego sprawę. Nie każdy może zdaje sobie sprawę, że zapewne bez niego nie byłoby Polski. Być może gdyby nie on, to decyzja Amerykanów, żeby Polska po I wojnie Światowej powstała, nigdy by nie zapadła.

On w USA był szalenie popularny. Można próbować go porównywać do Michaela Jacksona albo do The Beatles. Taki to był szal.

Paderewski zapełniał największe sale z Madison Square Garden na kilka tysięcy osób na czele. Grał tam na rzecz emerytur amerykańskich muzyków. Nie wiem, czy to prawdziwa anegdota, ale kiedy Paderewski miał zagrać na jakimś uniwersytecie, to przyszli do niego studenci i przeprasząc powiedzieli, że nie udało im się uzbierać pieniędzy na zapłatę. „I tak wystąpię” – powiedział Paderewski. Przedstawicielem tych studentów był Woodrow Wilson, późniejszy prezydent USA. Nie wiadomo, czy ta znajomość nie zdecydowała o niepodległości Polski. Ponoć Paderewski miał wstęp do Wilsona o każdej porze dnia i nocy. Często personalne kontakty mają wpływ na decyzje polityczne.

Paderewski był także kompozytorem a dziś jego dzieła w obliczu trwającej obecnie wojny nabierają dodatkowego znaczenia. Wychował się w Polsce, której nie było. Jego tęsknota za wolnym krajem jest w jego muzyce. Był bardzo dobrym kompozytorem, tylko nie miał czasu komponować, bo musiał w USA zarabiać, musiał grać.

Kiedy byliśmy w Ameryce widzieliśmy jak wygląda ten rynek. Tam muzyk ma kilkunastotygodniowy kontrakt w roku. W innym czasie może robić cokolwiek, może jeździć Uberem. To była dla nas pouczająca lekcja. Zupełnie inny system niż w naszej części Europy, gdzie kultura jest dotowana. U nas każdemu się wydaje, że orkiestry, etaty to coś normalnego. Ale perspektywa amerykańska burzy ten obraz.

Nie ma stałych orkiestr?

– Są, ale nie tak wiele. Wśród nich kilka najsłynniejszych, w których grają najlepsi muzycy świata. Utrzymanie orkiestry jest zwyczajnie bardzo drogie.



• **I tak od Paderewskiego przeszliśmy do ostatniego tournée orkiestry Filharmonii Lubelskiej po USA. To było najważniejsze wydarzenie sezonu?**

– Najważniejsze wydarzenie w historii naszej orkiestry.

Blisko 30 koncertów w barzo różnych ośrodkach. Od Florydy przez Nowy Jork po Oklahomę.

• **Ile trzeba było zapłacić, żeby zobaczyć lubelską orkiestrę?**

– 60-80 dolarów. Wbrew pozorom nie była to Polonia. W przeważającej części występowałam dla wytrawnych melomanów.

• **Amerykański odbiorca lubi muzykę klasyczną?**

– To olbrzymi rynek. I jeżeli nawet tacy odbiorcy stanowią niszę, to ogromną. Poza tym artysta z Europy jest tam czymś wyjątkowym, nobilitującym.

• **Trudno jest pojechać z koncertami do USA?**

– Bardzo trudno. To, że się nam udało to wynik przypadku, szczęścia, determinacji. Nigdy w życiu nie miałem takich planów, a tu się okazało, że pojechaliśmy z naszą orkiestrą i odnieśliśmy ogromny sukces. Ale czemu w ogóle nasz zespół miałby się w ogóle tam znaleźć?

• **Czemu?**

– Wieniawski.

• **To nazwisko otwiera amerykańskie drzwi?**

kontakty i kontrakty

Ameryce i „Władcy Pierścieni”. Rozmowa z Wojciechem Rodkiem, dyrektorem Filharmonii Lubelskiej



FOT. MICHAŁ KOŁODZIEJCZYK

– Nie tylko amerykańskie, ale też np. chińskie. Jeżeli ktoś w tym kraju gra na fortepianie, to Chopina. Jeżeli ktoś gra na skrzypcach, to Wieniawskiego. Jesteśmy jedyną na świecie oryginalną orkiestrą im. Henryka Wieniawskiego i tak byliśmy przedstawiani w USA. Wieniawski to gwiazda, i szkoda że nawet w Polsce niewiele osób wie, że pochodził z Lublina.

• **W Lublinie mało osób o tym wie.**

– Tak i nie wiedzą tego też Amerykanie, ale znają jego dzieła. I znają teraz i nas. Zadaniem naszego tournée było umiejscowienie nazwiska Wieniawskiego w naszym regionie. Robiliśmy to poprzez ulotki, spotkania, prelekcje i samą muzykę. Przygotowaliśmy film o Wieniawskim i krótki film przedstawiający historię Lublina na starych fotografiach.

Zawsze wiedziałem, że Wieniawski to nasz potencjał, ale nie zdawałem sobie sprawy jak jest on tak wielki.

Udało nam się go wykonać. Graliśmy obok największych orkiestr świata. Zajmowali się nami najlepsi menadżerowie. Byliśmy w najlepszym środowisku, bo w USA mogą występować tylko najlepsze zespoły.

• **Tak wybredny jest tam odbiorca?**

– To wynika z czego innego. Nie wiedziałem wcześniej,



FOT. MACIEJ KACZANOWSKI/ARCHIWUM

że ten system tak funkcjonuje, ale na przyjazd orkiestry z zagranicy musi wyrazić zgodę amerykański związek zawodowy muzyków. Nie chcą się zgodzić, bo to wbrew ich interesom. Nasza kultura przeszła ten czas w miarę bezboleśnie. Ale tam nie było tak. Po prostu z dnia na dzień muzycy przestali grać i przestali zarabiać.

• **Związki zawodowe nie chciały się zgodzić?**

– Musieliśmy wiele rzeczy udowodnić: wykazać sukcesy Filharmonii Lubelskiej w jej blisko 80-letniej historii, solistów i dyrygentów z którymi grała orkiestra, przedstawić nagrania, afisze. Na szczęście w ostatnich latach

WOJCIECH RODEK

Rocznik 1977. Dyrygent, absolwent Akademii Muzycznej we Wrocławiu. W 2011 roku został wyróżniony Teatralną Nagrodą Muzyczną im. Jana Kiepury w kategorii: Najlepszy Dyrygent. W 2015 roku odznaczony medalem „Zasłużony Kulturze-Gloria Artis. Z Filharmonią Lubelską jest związany od 2005 r. W 2018 został dyrektorem FL. 20 kwietnia zarząd województwa wszczął procedurę powołania Wojciecha Rodka na stanowisko dyrektora FL. To jednak nie oznacza, że nim zostanie.

dużo nagrywaliśmy, zwłaszcza w pandemii. Generalnie musieliśmy udowodnić, że jesteśmy zespołem o międzynarodowej renomie, bo tylko takie mogą przyjechać do Stanów.

Do wyjazdu przygotowaliśmy się ponad rok. Kontrakt, wiza, pozwolenia na pracę. Musieliśmy ponieść koszt transportu muzyków i instrumentów za ocean co udało się tylko dzięki życzliwości Urzędu Marszałkowskiego i wsparciu Marszałka Województwa Lubelskiego. Na miesiąc przed wyjazdem jeszcze nie wszystko było gotowe. Ale i tak drżeliśmy przed testem.

• **Jakim?**

– Covidowym. Każdy z orkiestry musiał go wykonać na dobę przed wylotem. Gdyby jakiś wyszedł pozytywny to byłby dramat. Przecież podpisałem kontrakty, z których musiałem się wywiązać. Zawięć na miejsce pełną orkiestrę i solistów.

• **Miał pan skład B?**

– Były różne scenariusze. Ekstremalne. Problem jednak był taki, że aby zagrać

w USA trzeba mieć wizę pracowniczą, a żeby ją dostać trzeba mieć pozwolenie na pracę. Gdyby trzeba było zastąpić jakiegoś artystę na dobę przed wylotem to jak załatwić wszystkie formalności w 24 godziny?

• **Nie da się?**

– Mieliśmy w USA człowieka, który przez dziesięciolecie pracował z największymi gwiazdami. Był naszym wyjściem awaryjnym. Umiał otworzyć wszystkie drzwi. Jeżeli byłoby trzeba załatwić coś w godzinę, to on by tego dokonał.

• **Co Ameryka dała orkiestrze?**

– Rozpoznawalność, wiarę w siebie, prestiż, pieniądze, kontakty.

• **Czyli procentuje?**

– Bardzo. Chcą nas tam ponownie. Tym razem na zachodnim wybrzeżu, bo teraz koncertowaliśmy na wschodnim.

• **Kiedy?**

– Jest kolejka. Teraz jadą tam inne światowe orkiestry. My byśmy polecili w 2026 roku.

• **Amerykanie przyjadą do Lublina?**

– Już przyjechali. W maju koncertowali i nagrywali płyty wybitni artyści, chcą przyjechać jeszcze kilka razy. Wraz z nimi pojawiają się pieniądze i to bardzo duże, idące w setki tysięcy złotych. Dzięki temu zarabia instytucja, a przede wszystkim nasi muzycy. W wyniku tournée partnerzy amerykańscy zapraszają nas na

nowe projekty, planują nasze koncerty w Nowym Jorku i w największych stolicach europejskich z muzyką Howarda Shore'a do „Władcy Pierścieni”. W grudniu zagramy dwukrotnie w Pradze na festiwalu pod patronatem prezydenta Czech.

• **Jest pan pierwszy, któremu to zdradzę, ale**

nagramy płyty dla największego na świecie wydawcy muzyki klasycznej czyli firmy Naxos. Wszyscy chcą tam wydawać.

Wszyscy najwięksi są w jej serwisie streamingowym. A my nagramy dla nich w pierwszej kolejności dorebek symfoniczny Józefa Wieniawskiego, wprowadzając na stałe do kultury światowej Wieniawskich z Lublina.

• **To musi kosztować.**

– Ale nie nas. Nasi kontrahenci wynajmują orkiestrę na własny koszt. Mówimy o kilkudziesięciu tysiącach złotych za tydzień.

• **Zatem jedzie pan w 2026 r. do USA znowu.**

– Nie wiem, właśnie kończy się mój kontrakt. Nie mam wiedzy kto będzie kierował FL od września. Decyzje nie należą do mnie.

• **Do zarządu województwa. Może panu przedłużyć kontrakt?**

– Może. Ale nie wiem co się wydarzy. Trzeba pamiętać, że obok wspaniałej rzeszy wspierających mnie osób, instytucji i sponsorów, mam olbrzymią opozycję. W samej filharmonii i w środowisku kultury.

Są tacy, którym nasza aktywność i sukces przeszkadzają.

Jestem dyrektorem, który wymaga intensywnej pracy, bo tylko to jest gwarancją rozwoju i poprawy sytuacji ekonomicznej pracowników Filharmonii. Jestem człowiekiem, który dba o powierzona instytucję a nie o własny etat.

• **Jeżeli to może być nasza ostatnia rozmowa w takich charakterze, to w jakim stanie zostawia pan FL?**

– Bardzo dobrym. Każdy rok kończymy na finansowym plusie. Mamy już zespół, którego nie powstydziłby się najlepszy, zarówno artystyczny jak i administracyjny. Rozbudowaliśmy orkiestrę a zmniejszyliśmy ilość pozostałych stanowisk. Gruntownie zaopiekowaliśmy się naszym budynkiem i instrumentami. Mamy kontakty i kontrakty. Kiedy przychodziłem tu do pracy, średnia pensja muzyka wynosiła 2,8 tys. zł brutto. Dziś to 4,8 tys. brutto. W tym miesiącu padł rekord. Niektóre pensje artystów sięgnęły 7,8 tys. zł brutto. To wszystko jest możliwe. Wystarczy uczciwie i solidnie pracować.



Nie wszys

Ojciec był muzykiem wiejskim, weselnym. Wówczas przyjechały (śmiej). Teraz na nas też tak mówią –

Krzysztof Kurasiewicz

• Nie przejadł się panu muzycznie temat miłości? I jako artyście, i jako słuchaczowi? Mówiąc żartobliwie, to podobno wszystkie piosenki są właśnie o tym.

– Przeważnie spędzam na scenie czas z muzyką instrumentalną (śmiej). Chyba nie. Nie wszystkie piosenki są o miłości, ale jest ich bardzo dużo. Jest to bardzo wdzięczny temat i każdy tego potrzebuje.

• W ubiegłym roku razem ze swoją córką, Dorotą (wokalistką, kompozytorką i skrzypaczką), nagrał pan płytę „Nasza miłość”. To pierwszy taki wasz wspólny projekt. W jednym z wywiadów mówiła ona, że taki album nie powstał wcześniej, bo obawiała się, że zostałyby to odebrane jako korzystanie ze sławy ojca. Tak faktycznie mogłoby to wyglądać?

– Rzeczywiście, Dorota zawsze stroniła od tego, nie chciała takich rzeczy robić. Zawsze podejrzewała, że będą mówić, że to tatuś ciągnie za sobą córeczkę. Najpierw chciała stanąć na własnych nogach, własną pracą i własnymi pomysłami. Ja to bardzo cenię u niej i cieszę się, że teraz już dorosła do tego momentu, że możemy wspólnie muzykować i nikt takich podejrzeń nie będzie wysnuwał. To jest bardzo dobra cecha w jej całej działalności: nigdy nie chciała, żeby ktoś coś za nią robił.

• Kiedy płyta już się

ukazała, to powiedział pan sobie w duchu: „wreszcie”?

– Ucieszyłem się bardzo, bo pracuję głównie dużo z synem (Michałem, perkusistą jazzowym – dop. aut.). Na niektórych płytach córki już się pojawiałem, albo ona u mnie. Natomiast wspólnej płyty jeszcze faktycznie nie mieliśmy. Bardzo się ucieszyłem na pomysł Doroty. Wymyśliła go na moje 70. urodziny. Szczepie mówiąc, to trochę sobie marzyłem, że może kiedyś coś takiego będzie i dzięki niej marzenie się rzeczywiście zrealizowało.

• Czy współpraca z własnymi dziećmi na scenie jest stresująca?

– Wręcz przeciwnie, bardzo dobrze się czuję w ich towarzystwie, ponieważ muzycznie znamy się doskonale, obcując ze sobą przez wiele lat. Pracujemy ze sobą na zasadzie równorzędnych partnerów, wiemy, czego możemy się po sobie spodziewać i na co możemy liczyć. Ta współpraca jest łatwiejsza niż z obcymi muzykami właśnie przez to.

• Od jak dawna muzyka jest w państwa rodzinie?

– Ja znam pokolenie moich dziadków, tam się muzykowało przy każdej okazji, to wiem.

Ojciec miał 10 braci i prawie wszyscy grali.

U mojej mamy podobnie, wspólne muzykowanie było kiedyś jedyną rodzinną rozrywką – nie było w domu ani radia, ani telewizji.

Festiwal Dźwięki

Z chęci połączenia różnych wymiarów sztuki – słów pełnych emocji z muzyką, teatrem oraz ze spotkaniami z ludźmi – zrodził się festiwal

Krzysztof Kurasiewicz

W dramatycznym czasie wojny, tak blisko nas, chcemy, aby dźwięki festiwalowych słów i muzycznych akordów poniosły nadzieję na zwycięstwo miłości i pokoju. (...) zaproszeni Artyści podzielą się z publicznością sentencjami na temat życia i śmierci, ale przede wszystkim tym, co pośród: miłością, wytrwałością, solidarnością uczuć, radością z czerpania danego nam życia, ale i obawami o moralną kondycję społecz-

snego człowieka” – czytamy na oficjalnej stronie wydarzenia.

Hasłem przewodnim tegorocznej edycji jest: „Nie dla wojny”.

Pierwszego dnia festiwalu, czyli w czwartek, zaplanowane były dwa koncerty. Jako pierwszy na scenę miał wyjść duet Tomasz Budzyński-Michał Jancaszek. Pierwszy z nich zjadł zęby na punku, występując od 1984 roku w zespole Armia. Drugi natomiast, zafascynowany tym, co robił „Budzy”, wpadł na pomysł reinterpretacji utworów z płyty „Legenda”

od wspomnianej grupy – postanowił wykorzystać swoje zdolności jako twórcy muzyki elektronicznej. W to wszystko zamieszani są jeszcze: Kuba Świątek (instrumenty perkusyjne) i Jerzy Mazzol (klarnecista).

Następnie na scenie miał pojawić się siedmioosobowy skład, który przywiózł ze sobą bardzo nietypowe instrumenty i program „Baśniowe skrzypotrąby i czary Baltasary”. Poetyckie opowieści, inspirowane baśniami i podaniami ludowymi, a do tego zaśpiewane przez aktorkę i wokalistkę Teatru Muzycznego

Capitol we Wrocławiu – Emose Katarzynę Uhumwangho, wspomagane były brzmieniami tzw. skrzypotrąbek (nazywanymi też skrzypcami Stroha). To rodzaj skrzypiec, wzmacniający swój dźwięk przez rezonator i czarę wykonaną z metalu, dzięki czemu wydaje charakterystyczny, silniejszy i bardziej szorstki dźwięk.

PIĄTEK (10 CZERWCA, SALA WIDOWISKOWA CK LUBLIN)

O 18 publiczność spotka się z Beatą Rybotycką, aktorką i piosenkarką. Absolwentka Państwowej Wyższej Szkoły Teatralnej

w Krakowie występowała na deskach różnych polskich teatrów, między innymi: krakowskich – Starego i STU, Ludowego w Nowej Hucie i Muzycznego w Gdyni, a także w Piwnicy Pod Baranami. Śpiewa przede wszystkim utwory kompozytorów krakowskich.

O 20 posłuchamy recitalu Natalii Sikory, zatytułowanego „Kawałki serca”. Artystka przedstawiana jest jako wokalistka, współkompozytorka muzyki, autorka tekstów, aktorka, scenarzystka, poetka i malarka. Podczas koncertu zaprezentuje

stkie piosenki są o miłości

zas się grało na weselach normalną muzykę, były duże zespoły. Jak mój ojciec gdzieś przyjeżdżał grać, to mówiono, że „Miśki”
ROZMOWA z Henrykiem Miśkiewiczem, polskim jazzmanem, saksofonistą i klarnecistą, który wystąpi w niedzielę na festiwalu Dźwięki Słów w Lublinie

• **To można było z tego stworzyć małą orkiestrę.**

– Prawie tak. Moja mama wciąż opowiada, jakie to były inne, wesołe dla niej czasy. Ojciec był muzykiem wiejskim, weselnym. Wówczas się grało na weselach normalną muzykę, były duże zespoły. Jak mój ojciec gdzieś przyjeżdżał grać, to mówiono, że „Miśki” przyjechały (śmiech). Teraz na nas też tak mówią.

W moim rodzinnym domu w Koźuchowie było również dużo muzyki, grałem z ojcem – w orkiestrze dętej, w jego zespole, zawsze się wyrывałem, żeby z nim iść na zabawę czy wesele. Mama z kolei miała świetny słuch i pamięć muzyczną. Przeboje, które szły w radiu, śpiewała ojcu, a on je zapisywał, żeby na weselu być na czasie (śmiech). Z tego co pamiętam, tak było od zawsze. Tak samo jest teraz w naszym domu. Żona też jest muzykiem, dzieci muzycy... Tylko sprzęt nowocześniejszy do grania i odtwarzania muzyki (śmiech).

• **Urządzacie sobie sesje jam session przy okazji rodzinnych spotkań?**

– Nie, takich rzeczy nie ma, oprócz świąt Bożego Narodzenia. Wtedy śpiewamy kolędy, gramy na jazzowo. Pamiętam, jak jeszcze dzieci były mniejsze, Dorotka miała wzmocniacz i mikrofon, Michał miał ciche pady, taki rodzaj bębnów, ja na fortepianie albo żona, ja czasem na saksofonie... Koledziliśmy rzezcywiście jak na jam session. Natomiast na co dzień nie.

Każdy z nas pracuje osobno. Jeżeli ktoś coś wymyśli nowego, to prezentujemy sobie nawzajem. Rodzinne konsultacje zdarzają się, ale muzykowanie wspólne w domu raczej nie.

• **Zachęcał pan swoje dzieci do obrania tej samej ścieżki kariery, czy wyszło to u nich naturalnie?**

– Posłaliśmy dzieci do szkoły, ale z myślą, żeby się umuzykalniły. A że miały zdolności w tym kierunku, to już szły dalej.

Zawsze mówiły, że one sobie nie wyobrażają innego zawodu, tylko muzyka i to jeszcze jazzowa, bo innej muzyki nie ma (śmiech).

Były przekonane, że tylko taka istnieje, bo faktycznie w domu głównie rozbrzmiewał jazz. Przywoziłem z kontraktów z zagranicy płyty z taką muzyką. Dzieci były rozkochanie w tym gatunku i nie wyobrażały sobie robić nic innego. W miarę rozwoju dorastały muzycznie i są tutaj, gdzie są. Właściwie z dumą mogę powiedzieć, że mnie przegoniły. Syn nagrywa dla ECM i ma trasy koncertowe z Marcin Wasilewski Trio na całym świecie, a córka występuje z najlepszymi artystami i zaskakuje mnie ciągle nowymi pomysłami.

• **W jednym z wywiadów pana córka powiedziała, że jakiego instrumentu się pan nie dotknie, to będzie pan na nim potrafił zagrać. Jaka jest**

tego historia?

– Wychowywałem się w bursie Szkół Artystycznych we Wrocławiu, całe liceum muzyczne mieszkalem w internacie. Moi koledzy ćwiczyli na różnych instrumentach. Mnie to bardzo ciekawiło i zawsze sobie od nich pożyczalem, żeby sprawdzić, jak to jest. Z tej mojej ciekawości wyniknęło, że na paru instrumentach potrafię grać. Teraz ćwiczę z moim wnuczkciem, Antosiem, który chodzi na trąbkę do szkoły muzycznej. Znam instrument, dlatego mogę mu pomóc.

• **Saksofon nie był pana pierwszym wyborem?**

– Nie, na początku uczyłem się grać na akordeonie, jak większość dzieci wtedy. Później, po czterech latach, nauczyciel zaproponował, że może bym spróbował na jakimś dętym instrumencie, na przykład na klarnecie. Mój ojciec też grał na klarnecie, więc było mi łatwo podjąć tę decyzję. Profesor namówił mnie do tego, żeby zdwawać do dużego miasta, bo ja pochodzę z małego Koźuchowa. Widział we mnie zdolności i chciał mnie pokierować dalej. Na klarnecie skończyłem Liceum Muzyczne we Wrocławiu i Akademię Muzyczną w Warszawie, a na saksofonie sam się dokształcałem.

• **Płyta, którą nagrał pan wspólnie z córką nosi tytuł „Nasza miłość”. Chodzi o miłość pomiędzy ojcem i córką czy o miłość was obojga do muzyki?**

– Każdy interpretuje jak chce, jak mu serce dyktuje. Miłość jest w naszej

rodzinie, nie tylko między mną i córką, ale również i z synem, i z żoną mamy wspaniałą więź. Czujemy miłość do tej samej muzyki. O czym myśleliśmy? Chyba myśleliśmy jednak o miłości rodzinnej.

• **Jest pan zadowolony z tego albumu?**

– Tak, bardzo jestem zadowolony. Muzycy są młodzi, kreatywni, a ja jedynie staram się do nich dopasować. Oni zaakceptowali moje kompozycje i debiut kompozytorski Doroty z Michałem, także kierunek muzyczny jest wspólny. Natomiast jest dużo młodego ducha, co jest bardzo intrygujące na tej płycie. Gra nam się świetnie, występy na koncertach dają dużo satysfakcji – w przypadku muzyki jazzowej każdy koncert jest inny, każda improwizacja jest inna, tchnie cały czas świeżym oddechem.

• **Ile koncertów udało się panu zagrać od momentu, kiedy pandemia na to pozwoliła?**

– Sporo koncertów było. Nie pamiętam dokładnie ile.

• **Dla muzyka takie zamknięcie było trudne, kiedy nie miał pan kontaktu z odbiorcami swojej muzyki?**

– Tak, ale ten czas był też dobry dla tej płyty, ponieważ ona wtedy powstawała. Nie grało się koncertów, a w związku z tym mogliśmy się zająć myśleniem, żeby program złożyć w całość, wejść do studia i nagrać.

Jak się gra koncerty, człowiek trochę się

rozprasza, nato-miaś pandemia, paradoksalnie, nam pomogło się skupić na tym, żeby płyta powstała.

Oczywiście były też chwile trudne, ale na szczęście były koncerty streamingowe, także jakiś kontakt z publicznością był. Jednostronny, ale był.

• **Na tej płycie pojawiły się też kompozycje sprzed wielu lat, tak jak jedna z melodii, którą napisał pan, mając 16 lat.**

– Sporo w życiu napisałem różnych rzeczy i trudno było wybrać utwory na tę płytę. Część jest nowych kompozycji. Szukaliśmy z córką w zasadzie prostych utworów, żeby piosenki były bardziej strawne dla szerokiej publiczności, nie tylko dla jazzmanów. Rzeczywiście, znalazł się jeden utwór, który cały czas za mną idzie, bo nagrałem go na dwóch swoich płytach i teraz jest już z tekstem Andrzeja Poniedzielskiego na naszej płycie. Już go chyba więcej nie nagram (śmiech). Ale to faktycznie była moja pierwsza nagroda na festiwalu Jazz nad Odrą we Wrocławiu. Kiedy miałem 16 lat, moja kompozycja została zauważona.

• **W niedzielę wystąpi pan w Lublinie na festiwalu Dźwięki Słów. Lubi pan to miasto? Jeszcze nie tak dawno grał pan w Teatrze Starym i to nie po raz pierwszy zresztą.**

– Lublin uwielbiam. Jest to przede wszystkim piękne miasto i chłonna sztuce publiczność. Lu-

dzie wspaniali przychodzą na koncerty. Bardzo lubię przyjeżdżać do Lublina. Natomiast na tym festiwalu jeszcze nie grałem, ale cieszę się, że niezwykli mistrzowie słowa są w naszym programie: Ewa Lipska, Bogdan Loeb, Wojciech Młynarski, Grzegorz Turnau czy Andrzej Poniedzielski. Ci świetni poeci, którzy za sprawą mojej córki Doroty zgodzili się dopisać słowa do mojej muzyki, zabrzmiały na takim festiwalu, gdzie ich słowa będą niezwykle ważne. Myślę, że to trafny wybór.

• **Na scenie jest pan od drugiej połowy lat 60. Skąd pan czerpie paliwo, żeby nagrywać i występować tyle lat przed publicznością?**

– Po pierwsze, jest to moja pasja – jeśli człowiek ma pasję, to łatwiej mu wszystko przychodzi, chce to robić. Po drugie, ważna jest mobilizacja moich dzieci, ponieważ one się tym samym zajmują, więc i ja nie mogę przestać, bo jestem razem z nimi, razem gramy. Przez to pracuję więcej, ćwiczę codziennie, żeby im dorównać. Po trzecie, jestem takim człowiekiem, który lubi różną muzykę.

W związku z tym, że z różnymi muzykami współpracuję, to mnie to też napędza. Nie jestem w stanie się znudzić muzyką w jakikolwiek sposób, bo zawsze coś się pojawia nowego, jakieś inne kierunki. To wszystko mnie trzyma przy tym, żeby być aktywnym artystą. Paliwa jest dużo (śmiech).

Stów w Lublinie

tiwal: 8. Prezentacje Form Muzyczno-Teatralnych „Dźwięki Słów”, który od czwartku do niedzieli gości w Centrum Kultury w Lublinie

piosenki z repertuaru, między innymi, Ewy Demarczyk, Edith Piaf czy poezję Zbigniewa Herberta. Towarzyszyć jej będą: Mario Jeka (klarnety) i Hadrian Filip Tabęcki (fortepian).

SOBOTA (11 CZERWCA, WIRYDARZ CK LUBLIN, EWENTUALNIE SALA WIDOWISKOWA)

O 18 spróbuje nas oczarować Marta Mazurek, aktorka z talentem wokalnym. To laureatka Grand Prix 41. Przeglądu Piosenki Aktorskiej we Wrocławiu – otrzymała statuetkę Złotego Tukana, nagrody Grand Prix „za wybitną osobowość sceniczną”

na Festiwalu Szkół Teatralnych w Łodzi oraz nagrody Związku Artystów Scen Polskich, również na festiwalu w Łodzi. W Lublinie zaprezentuje premierowy program, a muzycznie będą jej pomagać: Maria Klich (lira korbowa), Katarzyna Kapela Timingeriu (instrumenty perkusyjne, skrzypce), Bartłomiej Mazurek (piano) oraz Franek Wicke (bas).

O 20 scenę zaleje żółć i lzy, bo pojawi się na niej artysta, który sam mówi, że śpiew i podejmowana tematyka są dla niego formą wyrażania żalu. Marek

Dyjak przyciąga mocnym głosem i muzyką twardo stąpającą po ziemi, ale nie pozbawioną nuty romantyzmu. Podczas swojego marcowego występu w Lublinie mówił, że występował przed publicznością bez żadnych wcześniejszych prób. Jak widać, muzyk, i to tak doświadczony, musi sobie radzić w każdej sytuacji.

NIEDZIELA (12 CZERWCA, WIRYDARZ CK LUBLIN, EWENTUALNIE SALA WIDOWISKOWA)

O 18 zrobi się bardzo rodzinnie, bo muzycznie będą nas zachwycać artyści z nie-

zwykle bogatym dorobkiem. Będzie on – głowa rodziny i wybitny saksofonista, oraz oni – jego dzieci, wokalistka i perkusista. A wspólnym mianownikiem tego rodzinnego spotkania będzie jazz. Henryk Miśkiewicz, wraz z córką Dorotą i synem Michałem, zaprezentują swoją dźwiękową definicję miłości z ubiegłorocznej płyty „Nasza miłość”. Obok nich, na scenie, znajdzie się także miejsce dla pianisty Piotra Orzechowskiego (o wdzięcznym pseudonimie artystycznym „Pianohooligan”)

oraz kontrabasisty Sławomira Kurkiewicza.

BILETY

Koncerty w piątek, sobotę i niedzielę są biletowane – kosztują 20 zł (ulgowy) i 30 zł (normalny). Co ważne, jedna wejściówka upoważnia do wstępu na wszystkie wydarzenia danego dnia – przykładowo, z biletem na sobotę będziemy mogli posłuchać zarówno Marty Mazurek, jak i Marka Dyjaka. Wejściówki są do kupienia na stronie bilet24.pl oraz w kasie Centrum Kultury w Lublinie.

Trzeba mierzyć siły na zamiary

Żyje się z etatu. Od godziny 6 do 14 etat, a potem idzie się w pole – ROZMOWA z Grzegorzem Dymkiem, właścicielem Winnicy Dymek w miejscowości Kolonia Karmanowice



WINNICA DYMEK

Winnica rodzinna założona w 2018 r. w miejscowości Kolonia Karmanowice w gminie Wąwolnica. Uprawia Pinot Blanc, Chardonnay, Zweigelt, Pinot Nor. Są to szlachetne szczepy winorośli, które wymagają od winiarza więcej uwagi i troski

Agnieszka Mazur

• Gdzie sprzedajecie swoje wino?

– Przede wszystkim na Święcie Wina w Janowcu i u siebie w winnicy. To jest nasza baza. Jesteśmy też otwarci na współpracę z restauracjami.

• A restauracje są tym zainteresowane?

– Tak. Dzwonią, pytają, a później próbują negocjować. Zaopatrujemy już trzy punkty restauracyjne. Ale idziemy w tym kierunku, by jak najwięcej sprzedawać na miejscu. Ludziom, którzy chcą do nas przyjechać.

• Jak was znajdują?

– Internet, a dalej po znakach, bo nie jest do nas łatwo trafić. Nie jesteśmy przy głównej trasie, raczej na odludziu.

• Ile musi kosztować butelka wina żeby to się opłacało?

– 80 zł. U nas kosztuje 65 zł, bo wiele rzeczy robimy sami i tej pracy nie liczymy. Tym bardziej, że rok 2021 to była masakra. Przemarzło.

Z krzewu powinno być 1,7-1,8 kg owocu, a było średnio 300 g.

Ale nie wszystko za wszelką cenę. Dziś ten rynek dopiero się buduje. Im bardziej teraz zachęcimy ludzi do picia lokalnego wina tym bardziej za kilka lat to się odwdzięczy. My robimy to głównie z pasji.

• Ale żyć z czegoś przecież trzeba.

– Żyje się z etatu. Od godziny 6 do 14 etat, a potem idzie się w pole.



Ale najprzyjemniejszą pracą jest samo winobranie. Zbieramy sami, mamy rodzinę i wielu znajomych – mówi Grzegorz Dymek

FOT. ARCHIWUM GRZEGORZA DYMEK

• Kiedy zaczęliście?

– W 2018 posadziliśmy pierwszą parcelę z Pinot. W 2019 Chardonnay i Zweigelt. Ale plan winnicy był już w 2015 roku. I badanie, czy się to uda czy nie.

• I udało się?

– Zdecydowanie! Z Poznania wróciliśmy z brązowym medalem. I Pinot, i Chardonnay rosną i mają się dobrze. Pomimo tragicznego 2021 odbudowały się i mają energię, by produkować kwiat, a potem formować owoc.

• Jak duża jest wasza winnica?

– Malutka, 0,65 ha. 2700 krzewów.

• Ile to wina?

– W dobrym roku można liczyć, że litr z krzewu. Na białych winogronach

• Wszystko dziś drożej.

Produkcja wina pewnie też?

– Stąd ta podwyżka. W zeszłym roku na Święcie Wina w Janowcu sprzedawaliśmy butelkę za 50 zł, a dziś za 65 zł. W pewnym momencie zacząłem dostawać lawinę maili od dystrybutorów: niech pan kupi już, bo ja panu nie mogę zagwarantować, że jak będzie cena jesienią.

Już cena butelki, w porównaniu z rokiem ubiegłym, wzrosła o 60 proc. W dodatku niektóre typy butelek mogą być niedostępne

w ogóle. Jest to podyktowane sytuacją na świecie. Dlatego trzeba się spinać. Zweigelt na pewno zabutelkuje, jak tylko dojadą korki z Portugalii.

• Z Portugalii?

– Dziś już wiem, że korki w fabryce trzeba zamówić trzy tygodnie wcześniej. Nie 2-3 miesiące wcześniej, bo różnie może być. A ma być idealnie. Ja zamawiam korek jednolity z korkowca. I tylko do czerwonego. Białe zakręcamy, ale czerwone wino musi mieć wymianę tlenu.

• Ile kosztuje taki korek u producenta?

– Miesiąc temu 1,70 zł. Teraz może być drożej. Korki można kupić różne, ale ja chcę mieć taki najwyższej klasy. Do leżakowania powyżej 6 lat.

• A butelka?

– 2,4 zł. Ale z a m a w i a ł e m jeszcze w styczniu. Wiele zależy też od tego jaka to butelka. Są takie, do których się przymierzam, za 5 zł czy 7 zł. Najgorsza jest etykieta. Ta nasza docelowo ma być złocona. Jeszcze tego w drukarni nie wycenialiśmy.

Ale najważniejszym kosztem jest kupienie dobrej sadzonki na dobrej podkładce.

Plus rusztowanie i tanki. Bo jak wtopimy w złą sadzonkę, która nie jest przystosowana do danego terenu, to za kilka lat się to zemści. Ważne są początki. Nie sadić dziesięciu szczepów na raz, a zdecydować się na dwa-trzy białe. I jedno, maksymalnie dwa czerwone. Trzeba też

mieć od początku w głowie, by robić różne style wina i dzięki temu rozłożyć to w czasie. Pinot to wino, które wychodzi na wiosnę, Chardonnay to też wiosna, ale jest przeznaczone dla klienta, który chce je u siebie leżakować. Po wakacjach z kolei czerwone. Nie jest sztuką zrobić 20 tys. butelek wina jednego rodzaju. Trzeba mierzyć siły na zamiary.

• Ile osób z rodziny pracuje na winnicy?

– To zależy. Dziś w Janowcu są trzy, czasem dwie, ale najczęściej robię ja. Ja jestem 24/7 dostępny dla winogron i dla wina. Czasem jest ciężko, ale trzeba się zmusić i zrobić zabiegi na winnicy. Takie jak na przykład pielęgnię. Do 15 sierpnia badyl rośnie bardzo szybko.

• Co wśród tych wszystkich zabiegów co jest najprzyjemniejsze?

– Zdjęcia (śmiech). Każde wejście na winnicę jest przyjemne, bo cały czas jest to kreowanie tej winorośli. Trzeba ją redukować, skrać strefę zieloną, by się nie zagęszczała w górę i na boki.

Przycinanie jest bardzo ważne dla gron. Ale najprzyjemniejszą pracą jest samo winobranie. Zbieramy sami, mamy rodzinę i wielu znajomych. Tylko nie mamy tego tyle, by aż tylu ludzi mogło przy tym pracować. Jeśli wszystko jest dobrze poprowadzone, pień, ramie, są zdarte liście, by odsłonić grona, to zbiera się szybko. My w pięć osób zebraliśmy w trzy godziny 1264 kg.



Żeby wreszcie szeroko się uśmiechnąć

Poprawa estetyki uśmiechu, uzupełnienie braków zębowych z powodu próchnicy czy urazów albo prostowanie krzywych zębów – powody, dla jakich korzystamy z protetyki zębowej są różne. Cel za każdym razem ten sam: dobre samopoczucie i piękny wygląd

Z badań wynika, że nawet 98 proc. Polaków może cierpieć na próchnicę. W ubiegłym roku Naczelna Izba Lekarska informowała, że statystycznie NFZ przeznaczą na leczenie każdego pacjenta 52 zł rocznie. To zdecydowanie za mało, żeby odpowiednio zadbać o zdrowie i prawidłowy wygląd swoich zębów. Coraz więcej osób myśląc o swoim komforcie życia decyduje się na nowoczesne metody leczenia, które zapewnią dobry wygląd i samopoczucie.

Protetyka jest sztuką medyczną poświęconą odbudowie uszkodzonych zębów lub odtworzeniu braków zębowych, a co za tym idzie sztuką przywrócenia poprawnego i estetycznego wyglądu oraz prawidłowego zgryzu.

Korona protetyczna jest uzupełnieniem, pozwalającym odbudować zniszczone zęby. Ma zastosowanie, gdy korona zęba nie da się od-

tworzyć tradycyjnymi materiałami kompozytowymi. W uproszczeniu można opisać ją jako precyzyjną czapkę zakładaną na ząb w celu jego wzmocnienia. Podczas pierwszej wizyty w gabinecie wykonuje się badanie radiologiczne – Pantomogram i zdjęcie RTG. To pozwala sprawdzić stan zdrowia wszystkich zębów. Lekarz diagnozuje czynienie ma stanów zapalnych okolicy zębów i czy leczenie kanałowe są prawidłowe. Po zakwalifikowaniu pacjenta do leczenia protetycznego wykonywany jest zabieg oczyszczania zębów.

Aby wykonać koronę protetyczną należy oszlifować ząb, tzn. pomniejszyć go we wszystkich wymiarach. Po oszlifowaniu zęba wykonuje się odwzorowanie jamy ustnej.

Protetyka cyfrowa

Pobranie precyzyjnego wycisku stomatologiczne-

go ma ogromny wpływ na dokładność leczenia protetycznego. Niestety: wykonywanie wycisków metodą tradycyjną bywa bardzo nieprzyjemne dla pacjentów. Do jamy ustnej wkłada się łyżkę z masą, którą trzeba zagryźć. Są już jednak miejsca, w których wycisk można zrobić cyfrowo, przy użyciu skanera. Wystarczy włożyć do ust kamerkę, która bardzo precyzyjnie wykona odwzorowanie naszej jamy ustnej.

– Skanery, na których pracujemy są jednymi z najbardziej precyzyjnych urządzeń na świecie. Skanują z dokładnością nawet do 20 mikronów. Dzięki temu mamy pewność, że każdy skan zostanie odwzorowany w 100-procentach, czyli dokładnie tak jak chcemy – mówi dr n. med. Małgorzata Majewska-Paradowska, właścicielka Centrum Stomatologii Kompleksowej i Implantologii ALDENT w Lublinie.



Specjalistyczny skan cyfrowy jest następnie przesyłany do pracowni protetycznej w celu wykonania korony lub mostu porcelanowego. Na kolejnej wizycie lekarz protetyk mocuje koronę protetyczną. Jej kolor jest dobierany komputerowo, dzięki czemu możliwe jest uzyskanie idealnego, naturalnego odcienia pasującego do pozostałych zębów. Wykonania odbudowy protetycznej od momentu pobrania wycisków trwa około tygodnia. Po zakończeniu procedury oddania koron higienistki stomatologiczne przeprowadzają wizytę instruktażową jak prawidłowo dbać o higienę jamy ustnej.

OPR. BP

Dr n. med. Małgorzata Majewska-Paradowska, właścicielka Centrum Stomatologii Kompleksowej i Implantologii ALDENT w Lublinie

FOT. MATERIAŁY PRASOWE

REKLAMA

 EYEMED

Bezpłatna diagnostyka
i leczenie zaćmy

#BoMaszDlaKogoWidzieć

www.eyemed.pl

81 477 90 70

Z wielką siłą,

Najpierw długa chemioterapia, potem radioterapia, a na koniec chirurgiczne usunięcie guza z równoczesnym napromieniowaniem – nie ta metoda, jego rokowania

Paweł Buczkowski

Wśród w sali operacyjnej Kliniki Chirurgii Onkologicznej SPSK 1 w Lublinie pojawili się specjaliści z kilku dziedzin. Był onkolog kliniczny, radioterapeuta i chirurg. Z Uniwersytetu Medycznego w Salzburgu specjalnie przyjechał prof. Falk Roeder, który jest światowym specjalistą z zakresu leczenia raka metodą radioterapii śródoperacyjnej.

Wszystko dla 71-letniego mieszkańca Lublina, który pół roku temu dowiedział się, że ma raka trzustki.

Często jest za późno

Lekarze podkreślają, że rak trzustki to bardzo zdradliwy przypadek nowotworu, który kiedy da objawy, to często jest już za późno.

– Statystyki są takie, że 50 proc. chorych na raka trzustki pojawia się u pierwszego lekarza wtedy, kiedy są już obecne przerzuty odległe: w płucach, wątrobie. To jest taka podstępna choroba

– przyznaje prof. Wojciech Polkowski, kierownik Kliniki Chirurgii Onkologicznej SPSK 1 w Lublinie.

Jedną z rzeczy, na którą warto zwrócić uwagę jest zachorowanie na cukrzycę. Endokrynolog lecący takiego chorego powinien sprawdzić, czy nie ma nawet subtelnych zmian ogniskowych na trzu-

stce, które mogą świadczyć o nowotworze.

– Pół roku temu ten chory przyszedł do nas z pierwotnie nieresekcyjnym (nie dającym się całkowicie wyciąć – przyp. aut.) rakiem trzustki. Był poza zasięgiem leczenia chirurgicznego – mówi prof. Wojciech Polkowski. Dopiero wdrożenie wielomiesięcznego leczenia pozwoliło wykonać operację wycięcia guza.

Walka z rakiem rozpoczęła się jesienią.

Onkolog kliniczny Joanna Czechowska podkreśla determinację chorego i jego rodziny. Kolejne kursy chemioterapii nie były łatwe do przejścia, bo składały się z leków sprawdzonych w bardziej zaawansowanych rakach trzustki.

– Ale dzięki temu schematowi, chory miał szansę uzyskać taką odpowiedź, jaką uzyskał. Czyli normalizację markerów, zmniejszenie guza, dążenie do tego, żeby kolejne etapy leczenia mogły być wdrożone – mówi lek. Joanna Czechowska. A chodziło o naświetlanie falami radiowymi oraz operację chirurgiczną, którą Joanna Czechowska nazywa wisienką na torcie. – Niebagatelna w tym wszystkim była osobowość pacjenta, który był zdeterminowany i zdecydował się na tak długie leczenie.

W trakcie śródowej operacji dodatkowo zastosowano metodę radioterapii śródoperacyjnej.

Polega to na tym, że po wycięciu guza poddaje się napromieniowaniu konkretne miejsce za-



jęte przez raka. Dzięki temu promienie omijają wrażliwe organy, takie jak np. dwunastnicę.

– W trakcie zabiegu operacyjnego organy są odsuwane z pola napromieniowania. Widzimy dokładnie gdzie guz był zlokalizowany, dlatego unikamy tzw. błędu geograficznego i dawka jest depoinowana dokładnie tam, gdzie powinna być zdeponowana. Powoduje to poprawę kontro-

li miejscowej i minimalizuje toksyczność leczenia – podkreśla dr Aleksandra Kozłowska, kierownik Zakładu Radioterapii SPSK 1 w Lublinie.

W śródowej operacji brał udział gość specjalny, który przyjechał do Lublina z Austrii. Prof. Falk Roeder jest specjalistą w zakresie radioterapii śródoperacyjnej. Od wielu lat stosuje tę technikę w Salzburgu, a wcześniej w niemieckim Heidelbergu.

– Wyniki jakie osiągamy są moim zdaniem bardzo dobre, dlatego kontynuujemy roz-

W Klinice Chirurgii Onkologicznej przy ul. Radziwiłłowskiej leczenie raka trzustki metodą radioterapii śródoperacyjnej zastosowano po raz pierwszy

FOT. IWONA BURDZANOWSKA

wój tej techniki – mówi prof. Roeder.

– Z piśmiennictwa i z doświadczenia naszego gościa wynika, że metoda ta zmniejsza ryzyko wznowy miejscowej – dodaje dr Aleksandra Kozłowska.

Lepsze rokowania

Metoda radioterapii śródoperacyjnej nie przedłuża znacząco ani czasu hospitalizacji ani rekonwalescencji po zabiegu. Następnego dnia po operacji chory powinien samodzielnie pójść do toalety i zacząć wykonywać najprostsze czynności. Jeśli nie będzie żadnych powikłań, po niedzieli będzie mógł wyjść do domu.

– Nie chcę powiedzieć, że przez to wyleczyliśmy chorego, bo na to jest za wcześnie. Za miesiąc będziemy dyspo-

Wygodne życie bez wady wzroku

Czy okulary lub soczewki to jedyny sposób, żeby normalnie funkcjonować mając problemy ze wzrokiem? Jest jeszcze jedno rozwiązanie, które może okazać się tym najlepszym

To prawda, że okulary dodają wdzięku. Warto jednak mieć wybór, a nie konieczność ich noszenia. Uprawianie ulubionego sportu, kariera w branży, o której marzysz i sukcesy na jakie zasługujesz – szkoda, aby wada wzroku stała im na przeszkodzie. Soczewki kontaktowe nie zawsze rozwiązują problem, lecz czasami go jedynie maskują.

Gdy nosisz okulary, zwykle na jednej parze się nie kończy. Okulary do pracy, okulary do auta, do czytania, do oglądania telewizji... Wyobraź sobie, że możesz zapomnieć o popołudniowym zmęczeniu wzroku, parujących szklach, ugniatających oprawkach i uwzględnianiu okularów w swoich codziennych aktywnościach.

Rozwiązaniem dla osób, które mają problemy z wi-

dzeniem, a nie chcą chodzić w okularach może być laserowa korekcja wzroku.

– Rogówka jest jednym z najważniejszych elementów układu optycznego oka. Mechanizm korygowania wad wzroku polega na zmianie kształtu rogówki, co wpływa bezpośrednio na jej moc optyczną. Przy pomocy lasera możemy wzmocnić – w przypadku nadwzroczności – lub osłabić – w przypadku krótkowzroczności – moc optyczną rogówki, co wpływa na zmianę mocy całego układu optycznego oka – wyjaśnia dr n. med. Paweł Klonowski, dyrektor medyczny Klinik Eyemed w Lublinie.

Laserowa korekcja wzroku nie jest dla każdego. Na liście przeciwwskazań jest m.in.: wiek pacjenta (bo to zabieg tylko dla osób dorosłych), niestabilna wada wzro-

ku, choroby autoimmunologiczne, cukrzyca, ciąża, czy karmienie piersią. Ostateczną decyzję o kwalifikacji do zabiegu zawsze jednak podejmuje lekarz.

Komu zatem pomoże laserowa korekcja wzroku?

– W naszej klinice przy metodzie laserowej korekcji wzroku korygowane są wady refrakcji: krótkowzroczność aż do -10 dioptrii, dalekowzroczność do +6 dioptrii i astygmatyzm do 6 dioptrii. Oferujemy również zabieg wszczepienia soczewki faliowej ICL, która może skorygować również większe wady wzroku nawet do -18 dioptrii i +10 dioptrii – wylicza Paweł Klonowski.

Zabiegi laserowej korekcji wzroku są bezbolesne i nie wiążą się z dużą ingerencją w strukturę oka. Okres rekonwalescencji po zabiegu jest krótki i stosunkowo

szybko można wrócić do pracy oraz codziennych obowiązków. Należy jednak bezwzględnie przestrzegać zaleceń lekarskich. Bezpośrednio po zabiegu nie można uprawiać sportów takich jak np. boks, który naraża gałkę oczną na uraz. W przypadku sportów kontaktowych czy pływania należy poczekać około dwóch miesięcy. Po laserowej korekcji wzroku oczom należy się po prostu odpoczynek.

Jak bardzo zmienia się życie pacjentów po laserowej korekcji wzroku?

– Dziś nie noszą już okularów; czują się wolni i cieszą się pełnią życia. A wielu z nich bało się samego zabiegu. Często powtarzają, że gdyby wiedzieli jak to jest dużo wcześniej zrobiliby ten krok w kierunku nowej jakości życia – dodaje dr Klonowski.

OPR. BP

WE CAN CHANGE YOUR SMILE.

20 lat PROFESJONALNIE I KOMFORTOWO



• Pana Balcera 6/1A tel.: 81 307 62 62

• Pana Balcera 6B/1B tel.: 81 71 888 00

• Konopnica 85E tel.: 81 473 71 71

Biuro Obsługi Pacjenta tel.: 884 644 342

www.aldent.lublin.pl

in226 63

tylko w raka

m dużą dawką fal. 71-letni pacjent z Lublina przeszedł operację raka trzustki z wykorzystaniem radioterapii śródoperacyjnej. Gdyby
ania byłyby znacznie gorsze



Profesorowie Falk Roeder i Wojciech Polkowski podczas śródoperacyjnej radioterapii w Lublinie

FOT. IWONA BURDZANOWSKA

Zabieg radioterapii śródoperacyjnej lekarze zastosowali w klinice przy Radziwiłłowskiej po raz pierwszy u chorego na raka trzustki.

– Tego typu leczenie stosowane jest w nielicznych ośrodkach na świecie, które charakteryzują się tym, że potrafią wypracować model pracy zespołu wielodyscyplinarnego. Dzisiaj od rana do godzin popołudniowych nad jednym chorym pochylili się lekarze różnych specjalności na raz, w czasie tej samej seansu operacyjnego – mówi prof. Polkowski.

Wcześniej operacje z użyciem mobilnego przyspieszacza liniowego wykonywano w Lublinie u chorych na raka piersi. Można je stosować także w przypadku nowotworów jelita grubego, czy raka odbytnicy. W przyszłości planowany jest projekt badawczy dotyczący leczenia raka żołądka. Aparat może być też stosowany u chorych na mięsaki.

Najważniejsze to zacząć się leczyć

Niektórzy specjaliści za uważają, że leczenie chorych na raka w trakcie pandemii koronawirusa było utrudnione.

– Ja i mój zespół nigdy nie przestaliśmy pracować. W pandemii mieliśmy tylko dwa dwudniowe przestoje w operatywie, bo na oddziale zakażeń Covidem byli nie tylko chorzy ale i personel – mówi prof. Wojciech Polkowski. Dodaje jednak, że są obawy, co do opóźnień w rozpoznawaniu raka.

– Przez ostatnie dwa lata Covid rzeczywiście był nieślusnym usprawiedliwieniem opóźnień w diagnostyce i leczeniu. Mam nadzieję, że ten okres już się dla nas zakończył i nie będzie takich przykładów, że chory przychodzi do nas i okazuje się, że ostatnie badania pochodzą sprzed dwóch, trzech, czterech miesięcy. Pada nasze pytanie, co się z panem przez ten czas działo? Dotychczas słyszeliśmy, że Covid uniemożliwiał leczenie. Ale już tej wymówki teraz stosować nie można – przekonuje prof. Polkowski.

nować wynikiem mikroskopowym i znacznie większą informacją biopatologiczną – mówi prof. Wojciech Po-

lkowski, który podkreśla, że dzięki skutecznemu leczeniu miejscowemu, łączącemu chirurgię z radioterapią, ro-

kowania chorego znacznie się poprawiają.

Jeśli wszystko pójdzie dobrze to pacjent będzie mógł

pojawiać się w poradni onkologicznej raz na kwartał, żeby zdawać relację z tego jak się czuje.

R E K L A M A

PODARUJ SKÓRZE ZDROWIE

Gabinety Lekarskie Hema znajdujące się przy ulicy **Tomasza Zana 11 a** w Lublinie to miejsce oferujące kompleksowe usługi w zakresie dermatologii. Konsultacje lekarskie prowadzą dr hab. Joanna Bartosińska oraz dr n. med. Agnieszka Gerkowicz. Ponadto w placówce można skorzystać z badań oraz zabiegów leczniczych.

LASER EKSCYMEROWY 308 NM to nowoczesne urządzenie pozwalające na precyzyjne naświetlanie wyłącznie zmienionego chorobowo miejsca. Wykorzystuje wiązkę światła o długości fali 308 nm oraz umożliwia dostosowanie mocy światła do indywidualnych potrzeb, dzięki czemu leczenie szybciej przynosi pożądane efekty. Stosowany w leczeniu uporczywych chorób skóry takich jak: łuszczyca, bielactwo, atopowe zapalenie skóry, trądzik i wyprysk dłoni.

TRICHOGRAM to badanie polegające na pobraniu i ocenie stanu cebulek włosowych pod mikroskopem. Umożliwia rozpoznanie przyczyny nadmiernego wypadania włosów, określenie stopnia zaawansowania procesu oraz ocenę postępów leczenia. Leczenie łysienia plackowatego można przeprowadzić za pomocą lasera ekscymerowego 308 nm.

Kolejnym zabiegiem hamującym wypadnię włosów oraz stymulującym ich wzrost jest **MEZOTERAPIA SKÓRY GŁOWY**. Zabieg polega na wstrzykiwaniu małych dawek substancji leczniczych w głąb skóry głowy. Stosowane produkty odżywiają, stymulują i odżywiają, co wpływa również na poprawę kondycji włosów.

LAMPA DERMALUX LED wykorzystuje światło o określonej długości fali, które przenika do wnętrza skóry stymulując procesy naprawcze i regeneracyjne. Lampa umożliwia fototerapię różnymi kolorami światła oraz Terapię Tri-Wave polegającą na jednoczesnym wykorzystaniu kilku długości fal idealnie dobranych do potrzeb pacjenta. Działa antybakteryjnie, leczy choroby skóry typu trądzik i rogowacenie, przyspiesza wchłanianie obrzęków i siniaków, wspomaga gojenie i regenerację, łagodzi ból, wyrównuje kolor skóry, redukuje przebarwienia oraz intensywnie odmładza skórę.

Pozytywny wpływ na stan skóry mają także **PEELINGI MEDYCZNE**. Za pomocą indywidualnie dobranych kwasów redukują przebarwienia, trądzik, blizny i rozstępny. Regenerują włókna kolagenowe, regulują wydzielanie serum, zwężają pory oraz spłycają zmarszczki i bruzdy.

Na szczególną uwagę zasługuje nowość w Gabinetach Hema – **TEST WODOROWY SIBO** przeprowadzany za pomocą urządzenia Gastro Check H2 w przypadku podejrzenia zespołu rozrostu flory bakteryjnej jelita cienkiego (SIBO), do którego objawów należą wzdęcia i gazy, biegunki lub zaparcia, zgaga, bóle brzucha i zmęczenie. SIBO odpowiada także za niektóre wysypki, zmiany trądzikowe i suchą skórę. Test wodorowy to badanie polegające na kilkukrotnym pomiarze stężenia wodoru w wydychanym przez pacjenta powietrzu po podaniu płynu z węglowodanami. Wodór w ludzkim organizmie wytwarza się jedynie w wyniku fermentacji węglowodanów przez nadmiar bakterii jelitowych.

Hema Gabinety Lekarskie
ul. Zana 11a, Lublin
tel. 530 800 858
hema.lublin.pl



Trzeba dotrzeć tam, gdzie nie dociera nikt

Jeżdżą tylko w konkretne miejsca. W przyszłym tygodniu wolontariusze z Tomaszowa Lubelskiego wybiorą się do ukraińskiej wioski Zahal'tsi, położonej za Buczą i Borodziańką. Zapomnianej, bo dotąd żadna pomoc tam nie dotarła. Jeszcze zbierają dary i pieniądze. Można ich wesprzeć



Anna Szewc

Współpracujemy z Igorem i Aliną, ukraińskimi wolontariuszami, którzy wskazują nam miejsca, gdzie pomoc jest w danym momencie najbardziej potrzebna – mówi Ewa Piwko-Witkowska, prezes Lokalnej Grupy Działania „Roztocze Tomaszowskie”.

Jako wolontariuszka działa od początku wojny w Ukrainie. Już pierwszego dnia była w Lubyczy Królewskiej. Pojechała tylko zawieźć chleb, została na całą noc. Później pracowała w tamtejszym punkcie recepcyjnym, ale też w tym w Tomaszowie Lubelskim, współpracuje z magazynem darów Sokolnia, z którego wyruszają transporty i w którym uchodźcy mieszkający w powiecie tomaszowskim wciąż mogą liczyć na pomoc.

Dwa tygodnie temu tomaszowska ekipa odwiedziła miejscowość Moszczun.

– Jechaliśmy przez zamieniony las, a u celu czekało na nas spokojnie 200 osób. To był widok naprawdę

chwytający za serce. Nikt o nic się nie dopominał, niczego nie żądał. Brali tylko tyle, ile potrzebowali, a resztę wolontariusze z Ukrainy przekazali jeszcze do innych miejscowości – opowiada Ewa Piwko-Witkowska.

Zaraz po powrocie dowiedzieli się, że pomocy potrzebuje też Zahal'tsi. To wioska z tysiącem mieszkańców, w znacznej części kompletnie już zniszczona. Ludzie, którzy stracili domy, mieszkają kątem u sąsiadów. Tych budynków, które legły w gruzach nikt nie próbuje odbudowywać, ale są też nadające się do zamieszkania, jeśli np. uda się załatać dach. Ludzie stamtąd nie uciekają, chcą wziąć się do pracy i uratować to, co jeszcze można.

Dlatego na liście produktów, z którymi tomaszowianie wybierają się w przyszłym tygodniu na Wschód i o których przekazanie apelują są m.in. grabie, szufle i szpadle. Przydadzą się łódki, łózka i materace. No i oczywiście jedzenie o długim terminie przydatności, ale też środki higieniczne. Wszystko to można dostar-



Dwa tygodnie temu tomaszowska ekipa odwiedziła miejscowość Moszczun

czać do Sokolni na ul. Żwirki i Wigury. Jest otwarta od poniedziałku do piątku w godz. 8-16. Tomaszowianie proszą również o wsparcie finansowe, aby dokupić to, czego nie będzie albo dać ukraińskim wolontariuszom pieniądze, by np. mogli gdzieś kupić dachówkę.

Wpłaty można dokonywać na konto LGD „Roztocze Tomaszowskie”: 21 9639 0009 2001 0004 8204 0002.

Ewa Piwko-Witkowska podkreśla, że ani złotówka z przekazywanych środków nie jest wykorzystywana przez wolontariuszy. Na wszystkie wyjazdy wydają własne pieniądze. Na szczęście wciąż nie brakuje osób i instytucji, które udzielają im wsparcia. – Jeździmy zwykle na kilka busów, które udostępniają nam tomaszowskie PGKiM oraz Sebastian Warzuszyszyn, Błażej Bartecki i Damian Madej. Naszymi kierowcami są niezmiennie Maciej Walentyn, Piotr Swacha Sylwester Madej, a tłumaczem Andrzej Milewski – wylicza Piwko-Witkowska. Dodaje, że pomoc w zebraniu darów od kilku miesięcy regularnie zapewniają jej znajomi z Mazur Agnieszka i Michał Przybylski, zaś transporty leków (tym razem jeden bus z medykamentami pojedzie do Kijowa) organizuje Robert Sirek, szef szpitala w Bielsku-Białej.



Wioska Zahal'tsi jest w znacznej części kompletnie już zniszczona, ale mieszkańcy stamtąd nie uciekają, chcą wziąć się do pracy i uratować to, co jeszcze można



FOT. EWA PIWKO-WITKOWSKA/FACEBOOK.COM

Lub Zagł

Znamy

Nie tylko szybko rosną, ale mają małe wymagania co w miejskich warunkach jest nie do przecenienia – podkreśla Marcin Skrzypek z Ośrodka Brama Grodzka Teatr NN, pomy-

ślodawca i organizator plebiscytu, prywatnie miłośnik pnączy w miejskim krajobrazie.

Pnącza mogą zastąpić stare konstrukcje albo brudne mury. Tworzą zielone ściany i zasłony. Mogą zastą-



Ściana domu na ul. Krańcowej

Upiększenie publicznej przestrzeni na miarę prywatnych możliwości. Ślepa ściana zamieniła się w pionowy ogród, który o każdej porze roku wygląda inaczej. Przy największej ulewie ściana pod liśćmi jest sucha (dlatego domy w Anglii często są porośnięte bluszczem).



„Wiszący ogród” przy Rymwida i Grażyny

Zielona kompozycja z pnączami w roli jej podstawy i łącznika. Wzorcowe połączenie murów i zieleni na osiedlu, w miejscu o specjalnym znaczeniu krajobrazowym. Mieszkańcy znają to miejsce od pół wieku, należy ono do lokalnej tradycji.



Roślinne inspiracje w herbie Lublina

Lublin słynie z koziołka, ale w herbie jest też winne pnącze. Czemu więc nie otworzyć się również na obecne w herbie roślinne inspiracje i urzeczywistnić je? Tym bardziej, że pasują one do współczesnych wyzwań klimatycznych.

Wiesz zieleń w mieście? Suj na najlepsze pnące

finalistów plebiscytu Skarby Kultury Przestrzeni, który w tym roku poświęcony jest pnączom

pić trawnik, można z nich tworzyć tunele czy zielone rzeźby.

– Warto zapoznać się z przykładami ich zastosowania w przestrzeni publicznej, docenić, zainspirować się – przekonuje Skrzypek.

I zachęca do głosowania na te, które naszym zdaniem robią w Lublinie największą robotę. Są najbardziej efektowne czy też najbardziej

– Swoje Skarby wybierze również specjalne jury. Dzięki temu będzie można po-

równać opinie mieszkańców i ekspertów – dodaje.

Z 12 zakwalifikowanych do finału konkursu lubelskich pnących sześć zostało nominowanych przez mieszkańców, którzy na Facebooku mogli wybierać najlepsze

spośród 48 propozycji. Po zostały sześć nominował zespół ekspertów: Aneta Pe- paś-Skowron (Fundacja Kra- jobrazy), Wioletta Wejman (Ośrodek „Brama Grodzka – Teatr NN), Weronika Strózek (BIOteka), Magdalena Lin-

kowska (Warsztaty Kultury), Jan Kamiński (Architektura Krajobrazu KUL), Magdalena Nosek (miejska aktywistka), Małgorzata Wołoszyn (architekta krajobrazu).

Głosować można do nie- dzieli, 19 czerwca, na stro-

nie: [https://bit.ly/glosowa- nie2](https://bit.ly/glosowanie2)

Jest to trzecia już edycja Skarbów. Organizatorem plebiscytu jest Ośrodek Brama Grodzka – teatr NN w ramach programu Forum Kultury Przestrzeni. **(OPRAC. AM)**



Ściana bloku na ul. Nowowiejskiego

Zielona ściana winobluszczu trójkłapowego górze nad uroczym ogródkiem przy wejściu do klatki schodowej. Efekt czyjejś wieloletniej pracy i troski. Latem kojąca zieleń i chłód, jesienią mocne pobudzające barwy, zimą podziwiać można strukturę pnączy.



Podwórko kamienicy na ul. Peowiaków

Pnącza dały tu spektakularny, artystyczny efekt i zamieniły zwykłe podwórko w atrakcyjną przestrzeń. Zieleń zmie- czyła kontury murów i wprowadziła wrażenie ruchu na ścia- nach.



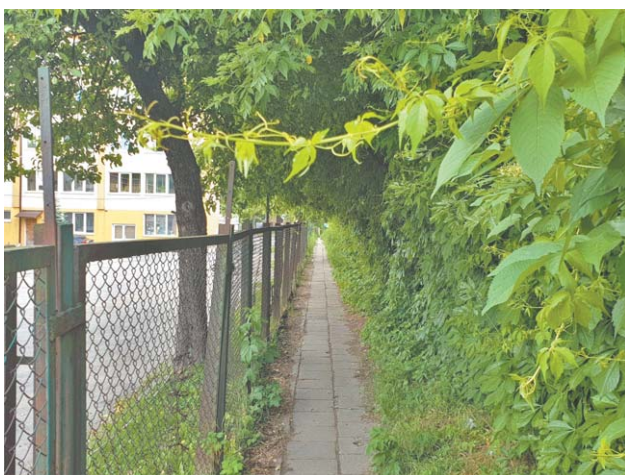
Kamienica przy skwerze Zawistowskiego

Piękne połączenie architektury i pnączy. Gdyby tylko ulica Wyszyńskiego albo Misjonarska były bardziej uczęszczane, ten zakątek Lublina byłby ikoną miasta. Miejsce, które można aktywnie odkrywać i gdzie chciałoby się pobycić dłużej, bo wy- daje się tajemniczy i przyjazny.



Pergola na Fantastycznej

Prosty ogrodowy patent, który wzbudza pozytywne emocje i dlatego może być inspiracją dla innych osiedli. Dzięki niemu zwykłe połączenie alejek staje się magiczne. Tego typu konstrukcje, pergole, trejaże tworzą nową jakość w przestrze- ni publicznej, szczególnie tam, gdzie brakuje wysokich zielo- nych akcentów.



„Zielony korytarz” między Skromną i Wojciechowską

Wrażenie zanurzenia w zieleni zawsze jest przyjemne. Zielone tunele zamiast rozgrzanych chodników zamieniają najkrótszy spacer w przygodę dla zmysłów. Plus efekt zasko- czenia, kiedy nieoczekiwanie trafiamy na taki zakątek w zur- banizowanym terenie.



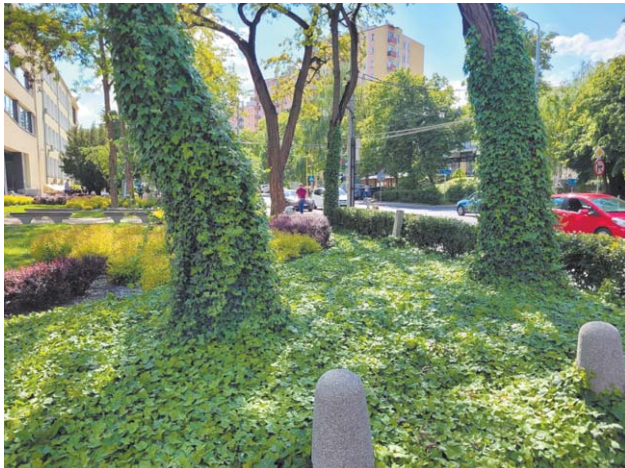
Tarasy Zamkowe (galeria handlowa Vivo)

Pnącza nadają komercyjnemu budynkowi „ludzkiego” charakteru. Dzięki nim wydaje się on mieć osobowość i two- rzy niczym naturalny pagórek własny zielony krajobraz. Pnącza świetnie dopasowują się do różnych kształtów archi- tektonicznych: są nieoczywiste, nieprzewidywalne i nieokiel- znane.



Ogrodzenie szkoły na Błoniach

Ta zielona ściana jest żywa i ażurowa. Dzięki temu „zmie- cza” wizerunek znajdującej się za nią instytucji. Sprawia że myślimy o niej jako miejscu otwartym na relację. Jesienią przebarwia na czerwono i kiedy przeświecła ją słońce, widok zapiera dech w piersiach.



Bluszcz przy Politechnice

Przykład przemyślanej ogrodowej aranżacji pośrodku ru- chliwej i dość chaotycznej ulicy. Chłodna zieleń bluszczu i or- ganiczna faktura liści otulająca pnie drzew wycisza i uspokaja, bo takie widoki znamy głównie z parków, ogrodów i lasów. Na tym przykładzie widać, że jak pnącza mogą zastąpić trawniki.



Bluszcz na Narutowicza

Zimozielony bluszcz pospolity wytworzył masę liści na pionowej powierzchni ściany zajmując bardzo niewielką powierzchnię gruntu. Dlatego gratulacje należą się osobom, które o niego dbają i które go akceptują. Pomysł ten warto wy- korzystać na wielu innych miejskich ulicach.



TEATRY:
TEATR STARY (ul. Jezuicka 18):
SOBOTA: **The Met Live in HD:**
Hamlet – 18.55 NIEDZIELA:
Bajkowa niedziela – 17.00

TEATR OSTERWY (ul. Narutowicza 17):

PIĄTEK SOBOTA: **Psie serce** – 19.00

NIEDZIELA: **Psie serce** – 17.00

TEATR ANDERSENA (plac Teatralny 1):

PIĄTEK: **Pippi Langstrump** – 10.00 SOBOTA:

Pippi Langstrump – 16.00 NIEDZIELA: **Pippi**

Langstrump – 12.00

TEATR MUZYCZNY (ul. Curie-Skłodowskiej

5): SOBOTA: **Baron cygański** – 18.00

CENTRUM KULTURY (ul. Peowiaków 12):

PIĄTEK: **Dźwięki słów: koncert Beaty**

Rybotyckiej – 18.00; **Dźwięki słów: koncert**

Sikora i Poeci – 20.00; **Gliny z innej gliny cz.**

III: Ryngraf – 21.00 SOBOTA: **Dźwięki słów:**

koncert Marty Mazurek – 18.00; **Dźwięki**

słów: koncert Marka Dyjaka – 20.00

NIEDZIELA: **Dźwięki słów: koncert Nasza**

miłość – 18.00

FILHARMONIA LUBELSKA (ul. Curie-

Skłodowskiej 5): PIĄTEK: Koncert:

Lubelska Scena Młodych – 19.00 SOBOTA:

Koncert: Lubelska Scena Młodych – 18.00

NIEDZIELA: **Koncert: Lubelska Scena**

Młodych – 11.00; **Koncert chóralny** – 17.00

KINA:

CINEMA CITY PLAZA (ul.

Lipowa 13): PIĄTEK SOBOTA

NIEDZIELA: Dogtania. Psi

Muszkietier – 10.00; **Doktor**

Strange w multiwersum obłędu 2D dubbing

– 18.30; **Foki kontra rekin** – 10.40, 15.40;

Infinite storm – 21.20; **Jeżyk i przyjaciele**

– 10.00, 12.10, 14.15, 16.20; **Jurassic**

World: Dominion dubbing – 10.10, 11.00,

12.00, 13.15, 15.10, 16.20, 18.20;

Jurassic World: Dominion napisy – 14.10,

17.20, 19.30, 20.30, 21.30; **Men** – 20.40;

Pan Wilk i Spółka. Bad Guys – 10.40, 11.10,

13.00, 13.30, 15.20, 15.50, 17.40; **Sonic**

2: Szybki jak błyskawica dubbing – 13.00,

18.00; **Top Gun: Maverick** – 10.30, 13.20,

16.10, 18.10, 19.00, 20.00, 21.00, 21.50

CINEMA CITY FELICITY (al. Witosa

32): PIĄTEK: **Detektyw Bruno** – 12.30;

Dogtania. Psi Muszkietier – 10.00, 15.40;

Doktor Strange w multiwersum obłędu

2D dubbing – 17.40; **Doktor Strange**

w multiwersum obłędu 2D napisy – 18.10;

F_cking Bornholm – 22.00; **Foki kontra**

rekin – 11.00, 13.20; **Infinite storm**

– 20.50; **Jeżyk i przyjaciele** – 09.30, 12.00,

14.00, 16.00; **Jurassic World: Dominion**

2D dubbing – 11.00, 12.00, 15.00, 18.10;

Jurassic World: Dominion 2D napisy

– 14.00, 17.05, 20.10, 21.20; **Jurassic**

World: Dominion 4DX dubbing – 10.00,

13.00, 16.00; **Jurassic World: Dominion**

4DX napisy – 19.00, 22.00; **Men** – 19.40,

22.15; **Między dwoma światami** – 20.30;

Pan Wilki Spółka. Bad Guys – 10.10, 11.10,

13.30, 14.50, 17.10; **Sonic 2: Szybki jak**

błyskawica 2D dubbing – 14.10, 17.00; **To**

nie wypada – 11.50; **Top Gun: Maverick**

2D – 11.50, 14.40, 15.50, 17.30, 18.40,

19.30, 20.20, 21.30 SOBOTA NIEDZIELA:

Detektyw Bruno – 12.30; **Dogtania. Psi**

Muszkietier – 10.00, 15.40; **Doktor Strange**

w multiwersum obłędu 2D dubbing – 17.40;

Doktor Strange w multiwersum obłędu 2D

napisy – 18.10; **F_cking Bornholm** – 22.00;

Foki kontra rekin – 11.00, 13.20; **Infinite**

storm – 20.50; **Jeżyk i przyjaciele** – 10.00,

12.00, 14.00, 16.00; **Jurassic World:**

Dominion 2D dubbing – 11.00, 12.00,

15.00, 18.10; **Jurassic World: Dominion**

2D napisy – 14.00, 17.05, 20.10, 21.20;

Jurassic World: Dominion 4DX dubbing

– 10.00, 13.00, 16.00; **Jurassic World:**

Dominion 4DX napisy – 19.00, 22.00; **Men**

– 19.40, 22.15; **Między dwoma światami**

– 20.30; **Pan Wilki Spółka. Bad Guys**

– 10.10, 11.10, 13.30, 14.50, 17.10;

Sonic 2: Szybki jak błyskawica 2D dubbing

– 14.10, 17.00; **To nie wypada** – 11.50;

Top Gun: Maverick 2D – 11.50, 14.40,

15.50, 17.30, 18.40, 19.30, 20.20, 21.30

MULTIKINO (Galeria Olimp, al.

Spółdzielczości Pracy 36b): PIĄTEK:

Detektyw Bruno – 10.20; **Doktor Strange**

w multiwersum obłędu 2D dubbing – 13.00,

19.55; **Foki kontra rekin** – 10.40, 15.50;

Jeżyk i przyjaciele – 12.50, 14.55, 17.00;

Jujutsu Kaisen 0: The Movie – 19.00;

Jurassic World: Dominion dubbing – 11.00,

13.00, 14.10, 16.10, 17.20, 19.20;

Jurassic World: Dominion napisy – 11.45,

15.10, 18.20, 20.30, 21.30; **Men** – 21.25;

Pan Wilk i Spółka. Bad Guys – 10.30,

12.50, 15.15, 17.35; **Sonic 2: Szybki jak**

błyskawica dubbing – 11.10, 13.50, 16.30;

Top Gun: Maverick – 11.30, 14.20, 17.10,

18.10, 19.10, 20.10, 21.00 SOBOTA

NIEDZIELA: **Detektyw Bruno** – 10.20;

Doktor Strange w multiwersum obłędu 2D

dubbing – 13.00, 19.55; **Foki kontra rekin**

– 10.40, 15.50; **Jeżyk i przyjaciele** – 10.00,

12.50, 14.55, 17.00; **Jujutsu Kaisen 0: The**

Movie – 19.00; **Jurassic World: Dominion**

dubbing – 11.00, 13.00, 14.10, 16.10,

17.20, 19.20; **Jurassic World: Dominion**

napisy – 11.45, 15.10, 18.20, 20.30,

21.30; **Men** – 21.25; **Pan Wilk i Spółka. Bad**

Guys – 10.30, 12.50, 15.15, 17.35; **Sonic**

2: Szybki jak błyskawica dubbing – 11.10,

13.50, 16.30; **Top Gun: Maverick** – 11.30,

14.20, 17.10, 18.10, 19.10, 20.10, 21.00

KINO BAJKA (ul. Radziszewskiego 8):

PIĄTEK: **Foki kontra rekin** – 09.30; **Jeżyk**

i przyjaciele – 09.30; **Igrzyska zwierzaków**

– 11.15; **Detektyw Bruno** – 11.30; **Mała**

mama – 15.00; **Sekret Madeline Collins**

– 16.30; **Jurassic World: Dominion dubbing**

– 16.45; **Po miłość / Pour L'amour** – 18.30;

Jurassic World: Dominion napisy – 19.45;

Między dwoma światami – 20.15 SOBOTA:

Foki kontra rekin – 14.30; **Jeżyk i przyjaciele**

– 13.15; **Igrzyska zwierzaków** – 11.15; **Mała**

mama – 12.00, 15.00; **Sekret Madeline**

Collins – 16.30; **Jurassic World: Dominion**

dubbing – 16.45; **Po miłość / Pour**

L'amour – 12.45, 18.30; **Jurassic World:**

Dominion napisy – 19.45; **Między dwoma**

światami – 20.15 NIEDZIELA: **Foki kontra**

rekin – 14.30; **Jeżyk i przyjaciele** – 13.15;

Igrzyska zwierzaków – 11.15; **Mała mama**

– 15.00; **Sekret Madeline Collins** – 16.30;

Jurassic World: Dominion dubbing – 16.45;

Po miłość / Pour L'amour – 18.30; **Jurassic**

World: Dominion napisy – 19.45; **Między**

dwoma światami – 20.15

CENTRUM KULTURY (ul. Peowiaków 12):

PIĄTEK: **Między dwoma światami** – 18.00;

Trzy piętra – 20.00 SOBOTA: **Trzy piętra**

– 18.00; **Między dwoma światami** – 20.15

NIEDZIELA: **Między dwoma światami**

– 17.00; **Mystery Train** – 19.00

CENTRUM SPOTKANIA KULTUR (plac

Teatralny 1): PIĄTEK SOBOTA: Infinite

storm – 19.00 NIEDZIELA: **Infinite storm**

– 18.00

CHATKA ŻAKA (ul. Radziszewskiego 16):

NIEDZIELA: **Stracone Złudzenia** – 18.00

PULAWY SYBILLA (ul. Partyzantów 6):

PIĄTEK: **Detektyw Bruno** – 13.45; **Jurassic**

World: Dominion dubbing – 18.00; **Jurassic**

World: Dominion napisy – 20.45; **Pan**

Wilk i Spółka. Bad Guys – 16.00 SOBOTA:

Detektyw Bruno – 13.50; **Jurassic World:**

Dominion dubbing – 18.00; **Jurassic**

World: Dominion napisy – 20.45; **Pan**

Wilk i Spółka. Bad Guys – 11.50, 16.00

NIEDZIELA: **Detektyw Bruno** – 13.45;

Jurassic World: Dominion dubbing – 18.00;

Jurassic World: Dominion napisy – 20.45;

Pan Wilk i Spółka. Bad Guys – 11.45, 16.00

BIALA PODLASKA – MERKURY (ul. Brzeska

43): PIĄTEK: **Detektyw Bruno** – 17.45;

Dogtania. Psi Muszkietier – 16.00; **Pan**

Wilk i Spółka. Bad Guys – 14.00; **Top Gun:**

Maverick – 20.00 SOBOTA NIEDZIELA:

Detektyw Bruno – 17.00; **Dogtania. Psi**

Muszkietier – 11.30; **Jeżyk i przyjaciele**

– 13.15; **Pan Wilk i Spółka. Bad Guys**

– 15.00; **Top Gun: Maverick** – 19.15

ŚWIDNIK – LOT (al. Lotników Polskich

24): PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: **Jeżyk**

i przyjaciele – 15.00; **Jurassic World:**

Dominion dubbing – 17.00; **Jurassic World:**

Dominion napisy – 19.50

ZAMOŚĆ – STYLOWY (ul. Odrodzenia 9):

PIĄTEK: **A oni dalej grzeszą, dobry Boże!**

– 19.30; **Foki kontra rekin** – 15.00; **Jeżyk**

i przyjaciele – 14.30, 18.15; **Jurassic**

World: Dominion dubbing – 14.00, 17.00;

Jurassic World: Dominion napisy – 20.00;

Men – 20.15; **Nakręcony tata** – 17.15; **Pan**

Wilk i Spółka. Bad Guys – 16.00; **Top Gun:**

Maverick – 16.30, 19.15 SOBOTA: **Foki**

kontra rekin – 15.00; **Jeżyk i przyjaciele**

– 13.00, 18.15; **Jurassic World: Dominion**

dubbing – 14.00, 17.00; **Jurassic World:**

Dominion napisy – 20.00; **Men** – 20.15;

Nakręcony tata – 17.15; **Pan Wilk i Spółka.**

Bad Guys – 13.45, 16.00; **Praca, dzieci,**

dron – 19.30; **Top Gun: Maverick** – 16.30,

19.15 NIEDZIELA: **Jeżyk i przyjaciele**

– 12.30, 14.30, 18.15; **Jurassic World:**

Dominion dubbing – 14.00, 17.00; **Jurassic**

World: Dominion napisy – 20.00; **Men**

– 20.15; **Nakręcony tata** – 17.15; **Pan Wilk**

i Spółka. Bad Guys – 13.45, 16.00; **Paryż,**

13. dzielnica – 19.30; **Top Gun: Maverick**

– 16.30, 19.15; **Uwolnić Poly** – 14.00

CHEŁM – ZORZA (ul. Strażacka 2): PIĄTEK:

Detektyw Bruno – 16.00; **Felix i ukryty skarb**



FOT. K. WASILCZYK

Inscenizacja i litkup

WYDARZENIE W najbliższą niedzielę Muzeum Wsi Lubelskiej zaprasza na 27. edycję Jarmarku końskiego. Inscenizacja historycznego targu zabierze widzów w czasy międzywojennych miasteczek ze scenami

targowania się o konia oraz wieńczącego całość litkupu; tradycyjnego opijania wódką zawartej transakcji. Całość nawiązuje do historycznych targów łączyńskich i piaseckich odbywających się w latach 20.

i 30. minionego wieku. Klimat towarzyszący handlowi przybliżą postacie gospodarza terenu i komisji targowej w skład której wejdą weterynarz, a także dziedziczy okolicznych majątków. Będą także

karciarze, a nad porządkiem tradycyjnie będzie czuwał posterunkowy.

Bilety dostępne na miejscu i online w cenie 10/20 złotych.

Wydarzenie zaplanowano w godzinach 12-14.

DAD

Wojtek Cugowski

MUZYKA Radio Lublin zaprasza na kolejny piątkowy koncert w Studiu im. Budki Suflera (ul. Obrońców Pokoju 2). 10 czerwca o godz. 19 scenę przejmie Wojtek Cugowski.

Wojtek Cugowski od lat obecny jest na polskiej scenie, występował m.in. w zespołach Bracia i Cugowscy. Jest także muzykiem sesyjnym. Od jakiegoś czasu realizuje solową karierę. Artysta będzie promował swoją nową autorską płytę „Nie czekaj na znak”, która ujrzała światło dzienne w kwietniu.

DAD

Drugie życie roślin

KWIATY Przed nami czwarta edycja Weekendu z Florystyką w Lublinie, czyli wydarzenia dla zawodowców i amatorów zainteresowanych technikami układania kwiatów i aranżacją przestrzeni



FOT. PAWEŁ TOTORO ADAMIEC/MATERIAŁY NADEŚLANE

W dniach 11-12 czerwca w Centrum Spotkania Kultur i na placu przed gmachem będzie można uczestniczyć w pokazach, wystawach i warsztatach.

Tematem przewodnim tegorocznej edycji wydarzenia jest hasło „Drugie życie roślin”, a „Weekend...” będzie związany z nurtem zero waste i upcyclingiem.

– Wydarzenie ma za zadanie promowanie idei związanych z ponownym wykorzystaniem materiałów odpadowych i nadawaniem im nowej wartości – mówi Paweł Totoro Adamiec pomysłodawca i koordynator Weekendu z Florystyką.

Głównym punktem programu będzie wystawa instalacji artystycznych opartych na materiale roślinnym, wykonanych przez

sluchaczy i absolwentów kierunku florystyka, studentów Architektury Krajobrazu KUL, studentów Projektowania wnętrz WSPA. Wszystkie prace będzie można podziwiać przez cały weekend na placu przed Centrum Spotkania Kultur.

Nie zabraknie także dodatkowych atrakcji, takich jak specjalne pokazy florystycznych aranżacji w wykonaniu mistrzów oraz

warsztaty. Zajęcia będą się odbywały 12 czerwca i obowiązują na nie zapisy. Uczestnicy będą mogli poznać między innymi techniki plastyczne we florystyce czy wykonywanie biżuterii z kwiatów i roślin.

W sobotę festiwal wystartuje już o godzinie 11. Szczegółowy program dostępny jest na stronie facebookowej wydarzenia.

DAD

Dużo do czytania

CHEŁM Przed nami I edycja Chełmskich Targów Książki, które rozpoczną się już 10 czerwca w tamtejszej Bibliotece Publicznej (ul. Partyzantów 40). W programie spotkania autorskie, wystawa i koncert.

Pierwsza edycja targów zostanie zorganizowana przez Stowarzyszenie Towarzystwo Przyjaciół Chełma oraz Chełmską Bibliotekę Publiczną im. Marii Pauliny Orsetti. Wydarzenie ma za zadanie prezentację oraz promocję lokalnych wydawnictw.

Podczas targów swoje publikacje przedstawią m.in. Wydawnictwo Tawa, Państwowa Akademia Nauk Stosowanych i Chełmskie Towarzystwo Naukowe, Muzeum Ziemi Chełmskiej im. Wiktora Ambroziewicza w Chełmie, Stowarzyszenie Rocznik Chełmski, Krzysztof Kołtuń, Starostwo Powiatowe w Chełmie, Biblioteka Pedagogiczna w Chełmie, Miejska Biblioteka Publiczna w Krasnymstawie i Dom Kultury w Krasnymstawie.

Targom będą towarzyszyły interesujące prelekcje, spotkania z autorami, wystawa z okazji 630. rocznicy powstania miasta Chełm oraz koncert. Start o godzinie 10.

(DAD)

Startuje Kino Perła

DO ZOBACZENIA W piątek, 10 czerwca, startuje jedenasta edycja plenerowego Kina Perła. Na dziedzińcu Browaru Perła przy ul. Bernardyńskiej 15 tradycyjnie do końca sierpnia – zaraz po zachodzie słońca (ok. godziny 21) od środy do niedzieli – odbywać się będą projekcje filmowe.

Każdy dzień projekcji to konkretny cykl, opatrzony nazwą czy też hasłem. Jak w poprzednich latach, na tegoroczną edycję Kina Perła składa się pięć bloków filmowych. Pierwszy został zatytułowany „Bohater naszych czasów”.

Znajdziemy tu filmy, których motywem przewodnim są niebanalne postaci oraz niezwykle historie, które je ukształtowały. Na film otwierający blok śródowy wybrane zostały m.in.: nagrodzony Złotą Palmą w Cannes „Titane”.

Czwartkowy cykl to „Dobre kino”. Wszystkie filmy łączy tematyka: pełna ciepła i zrozumienia dla ludzkich słabości i ułomności. Największymi hitami bloku czwartkowego są m.in. urocze dokumenty „Truflarze” i „Film balkonowy” oraz nominowany do pięciu Oscarów dramat „Minari”.

Piątki to „Make love, not war”. Na otwarcie cyklu, 10 czerwca – i tym samym na otwarcie całej tegorocznej edycji Kina Perła – wybrany został „C'mon C'mon”, z Joaquinem Phoenixem w roli głównej. Będzie też „Na rauszu” z Madsem Mikkelsenem w roli głównej (5 sierpnia) i „Lamb” z Noomi Rapace (22 lipca), a na zakończenie cyklu nominowana do trzech Oscarów „Córka” (26 sierpnia).

W soboty zaplanowano blok „A to Polska właśnie”. W repertuarze „Moje wspaniałe życie” (11

czerwca), „Sweat” (18 czerwca), „Wszystkie nasze strachy” (13 sierpnia) i „Zupa nic” (20 sierpnia).

Niedziela to „Świat się śmieje”. Na jego otwarcie, 12 czerwca, komedia „Palm Springs”. Będzie też „Sześć roku” z Javierem Bardemem (21 sierpnia), „Jak wywołałem byłą żonę” (3 lipca), czy nominowany do dwóch Oscarów „Najgorszy człowiek na świecie”. Ten film 28 sierpnia zamknie tegoroczną edycję Kina Perła.

Wstęp wolny. Szczegóły na kinoperla.pl.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Jak zamieścić reklamę w Dzienniku Wschodnim?

Biuro Ogłoszeń

✉ reklama@dziennikwschodni.pl

☎ tel. 81 46 26 820

☎ fax. 81 46 26 801

Skontaktuj się z naszym przedstawicielem

Specjaliści ds. reklamy:

Agnieszka Brania

agnieszka.brania@dziennikwschodni.pl

tel. 81 46 26 867

kom. 691 770 012

Patrycja Dubicka

patrycja.kowalska@dziennikwschodni.pl

tel. 81 46 26 870

kom. 691 770 019

Sylwia Karłowicz

sylwia.karlowicz@dziennikwschodni.pl

tel. 81 46 26 979

kom. 697 770 404

Biuro Ogłoszeń

eliza.jakuszevska@dziennikwschodni.pl

tel. 81 46 26 820

kom. 697 770 393

Wyślij e-mail

reklama@dziennikwschodni.pl

bi0032

HANDEL

**RZEŹNIA KUPI BYDŁO
POURAZOWE DO UBOJU Z
KONIECZNOŚCI TEL. 511
075 866, 662 396 670**

063922L01-A

SPRZEDAŻ

HURTOWNIA Rowerów
Części Ogumienia ZEN-POL
Hurt Detał zaprasza : LUBLIN
ul.Techniczna 4B lok.11 tel.
726-663-496, 517-304-181

061522L01-A

TURYSTYKA

**- Sprzedajesz
nieruchomości?**

Zamów
**ogłoszenie
dobre**
w Dzienniku Wschodnim!

Tylko 100 zł* netto
za miesiąc.



* o szczegóły pytaj w
Biurowie Ogłoszeń
Dziennika Wschodniego,
tel. **081 46-26-966**

in/zajawki/bi0006

WCZASY DLA SENIORA-
Krynica Morska – 8 dni
od 949 zł/os., Stegna –
8 dni od 849 zł/os.
tel:534244044. www.
wczasy-senior.pl

062822L01-A

USŁUGI

DOCIEPLENIA budynków,
elewacje - kompleksowo.
Uczestniczymy w programie
„Czyste powietrze”. tel. 506-
123-602, 506-123-604.

037322L01-A

BUDOWLANE



Zamów
**ogłoszenie
dobre** w
Dzienniku Wschodnim!

Tylko 100 zł* netto
za miesiąc.

* o szczegóły pytaj w **Biurowie Ogło-**
szên Dziennika Wschodniego,
tel. **081 46-26-971,**
081 46-26-976

in/zajawki/bi0009a

DOCIEPLANIE budynków
szybko, tanio, solidnie. 502
053 214.

013222L01-A

ZDROWIE

EXPRESS-DENT

stomatologia zachowawcza,
protetyka, umowa z NFZ; ul.
Hipoteczna 2, tel. 81 743
62 60; ul. Staszica 8, tel. 81
534 62 60; ul. Staszica 12,
tel. 81 534 62 70, www.
express-dent.pl.

073122L01-A

APARATY SŁUCHOWE

APARATY SŁUCHOWE
dobór, sprzedaż, serwis
na miejscu, refundacje,
wizyty domowe, raty,
FIRMA MEDIKA JERZY
KAPITAN, LUBLIN, ul.
Nowowiejskiego 2a,
LUBARTÓW, ul. Cicha
19, KRASNYSTAW, ul.
Browarna 6, 81/473-
54-01, 668-277-760

202021L01-A



www.dziennikwschodni.pl/oferta

**masz
firmę?**

Zamów

**ogłoszenie
dobre**

Dziennik Wschodni
+ portal
www.dziennikwschodni.pl

**Tylko 100 zł*
netto za miesiąc**

* o szczegóły pytaj
w **Biurowie Ogłoszeń**
Dziennika Wschodniego,
tel.

81 46-26-820

reklama@dziennikwschodni.pl



NEKROLOGI
KONDOLENCJE
PODZIĘKOWANIA

na dzień następny
można zamawiać do 14.00

Wszystkie informacje
pod nr. tel. 81 46-26-820

lub
e-mail:
eliza.jakuszevska@dziennikwschodni.pl

PUK **KOMPLEKSOWE
USŁUGI
POGRZEBOWE**
www.puk.lublin.pl
Całodobowo 81 744 50 31, 503 02 68 83
Budowa i sprzedaż grobów na Majdanku
Prosektorium i sala pożegnań • Oprawa muzyczna ceremonii • Kwiaty • Kremacje
Trumny, Urny • Ekshumacje, pogłębianie grobów • Namiot pogrzebowy

in196 26

AAA KALLA CAŁODOBOWE USŁUGI
POGRZEBOWE
www.kalla.lublin.pl
LUBLIN, UL. CMENTARNA 16
tel. 81 748 64 54, 602 475 176
ZASILEK POGRZEBOWY WYPŁACAMY PRZED POGRZEBEM
Kremacje w 24 godziny • Pogłębianie grobów • Ekshumacje
Sprzedaż grobów na cmentarzu na Majdanku
BEZPŁATNA CHŁODNIA W LUBLINIE

c24089



f/MptRadioTaxi919
www.mptlublin.pl

Śledź nasz profil
wygrywaj nagrody!

- krótki czas oczekiwania
- dowolny sposób płatności
- dostępność 24h przez 7 dni
- zakupy na telefon
- zniżki dla stałych klientów
- pomoc przy przeprowadzce
- usługa holowania samochodu
- obsługa imprez okolicznościowych



pobierz naszą aplikację



Zadzwoń teraz ☎ (81) 191 91 ☎ 695 919 919

Kalafior na widelcu

Za sałatkę z surowego kalafiora z żółtym serem i orzeszkami piniowymi oddam wiele. Z dzieciństwa pamiętam delikatną zupę kalafiorową z młodymi ziemniakami i koperkiem oraz ćwiartki gotowanego kalafiora polane bułką tartą z masłem. W osiemnastowiecznej książce kucharskiej hrabiów na Włodawie i Różance kalafior ma formę żeńską. Autor radzi, żeby kaulifiorę sadzić w ogrodzie jak inszą kapustę

Waldemar Sulisz

18 kwietnia 1518 roku w Krakowie odbył się ślub włoskiej księżniczki Bony z polskim królem Zygmuntem Starym. Kapryśna księżniczka sprowadziła włoskich kucharzy, którzy łapali się za głowy na widok Polaków objadających się mięsem. Nuncjusz papieski napisał, że Polak zjada mięsa za pięciu Włochów. Mikołaj Rej z przerażeniem patrzył na kaprysy księżniczki w postaci kalafiorów, karczochów, kasztanów i melonów. „Z tych dziwnych wymysłów jeno sprośna utrata, a potem łakomstwo, a potem różność wrzodów a przypadków szkodliwych, a rozlicznych” – narzekał ojciec literatury polskiej.

Kaulifiora i Trybunał Koronny

Na nic bojkot, skoro we wspomnianej książce „Zbiór dla kuchmistrza” z 1757 roku, w rozdziale „Pamięć od księdza Padlewskiego” czytamy: „Kaulifior nie mieliśmy, ale jej mieć szalę ro[z]sadę sadzić, jako inszą kapustę, a w jesieni będzie się godziła jeść, teje kapusty może z główkami przed samymi mrozami nasadzić do lochu, tedy może jeść kaulifior i o Bożym Narodzeniu”.

Co ciekawe, prof. Jarosław Dumanowski z UMK w Toruniu wyjaśnia, że może chodzić tu o Franciszka Padlewskiego, autora „Mowy przy pożegnaniu Trybunał Koronnego Lubelskiego 20 grudnia, Lublin 1762. Skoro księżniczka Bona jadła kalafiora na zamku w Janowcu nad Wisłą, skoro zalecał je sadzić Franciszek Padlewski, skoro są bardzo zdrowe, bo zawierają dużo potasu, błonnika oraz substancje mogące zwalczać komórki nowotworowe, jedzmy kalafiora co najmniej dwa razy w tygodniu.

Dip i kalafior

Do surowego kalafiora pasują różnorakie dipy na bazie jogurtu, które podaje się w małych miseczkach. Jogurtowe smakołyki mogą mieć rozmaite charakterystyki: pikantne, ziołowe, warzywne. Muszą mieć natomiast jedną wspólną cechę: mają być gęste. Do dipów sprawdzają się warzywa pokrojone w słupki: marchewka, pietruszka, seler. Oraz różyczki z brokuła i kalafioru.

Z kilku rodzajów dipów, które szykuje, jak przyjdą goście, największym wzięciem cieszy się dip na bazie rokpolu lub gorgonzoli. Jak go zrobić? Małe opakowanie rokpolu pokroić na kawałki, zmiksować z dużym opakowaniem jogurtu i łyżką soku z cytryny. Doprawić



FOT. PIXAABY.COM

do smaku solą, pieprzem i szczyptą cukru.

Salatka Marioli

SKŁADNIKI: 25 dag kalafiora, 20 dag sera żółtego, kubeczek jogurtu, 2 łyżki orzeszków piniowych, sól, pieprz.

WYKONANIE: kalafior sparzyć, podzielić na różyczki, większe pokroić na mniejsze części. Ser zetrzeć na grubej tarce. Orzeszki piniowe uprażyć na suchej patelni. Do miski z kalafioriem wrzucić ser, dobrze wymieszać, dodać jogurt, doprawić solą z pieprzem, ozdobić orzeszkami piniowymi. Kto lubi czosnek, może do salátky zetrzeć kilka ząbków.

Kalafior po chińsku

SKŁADNIKI: 1 kalafior, 2 łyżeczki sosu sojowego, 1 łyżeczka imbiru w proszku, 4 łyżeczki bulionu warzywnego,

go, 1 łyżeczka dżemu śliwkowego, 1 łyżeczka octu, 2-3 łyżki oleju, sól, 1 łyżka masła.

WYKONANIE: kalafiora podzielić na różyczki i smażyć na mocno rozgrzanym oleju przez 2 minuty. Dodać sos sojowy. Dżem śliwkowy wymieszać z łyżeczką octu, posolić i dodać do sosu. Wlać trochę rosółu, wymieszać, doprawić imbirem, dusić 3 minuty, doprawić do smaku masłem. Podawać z ryżem na sypko.

Kalafior po grecku

SKŁADNIKI: 1 kalafior, pół kg młodej cebulki, 1 pęczek koperku, przecier pomidorowy, oliwa, oregano, sól, pieprz, ocet winny.

WYKONANIE: umyty i podzielony na kawałki kalafior podsmażyć na niewielkiej ilości oliwy. Dodać posiekaną cebulkę i koper, dusić kilka minut, dodać 3 łyżki przecieru pomidorowego, oregano,

sól i pieprz do smaku. Podlać niewielką ilością wody. Kiedy kalafior będzie miękki, a sos gęsty, doprawić danie octem winnym.

Kalafior po sułtańsku

SKŁADNIKI: 1 kalafior, po 5 dag orzeszków ziemnych i rodzynek, pół szklanki jogurtu, 2 łyżki soku z cytryny, cukier, sól i pieprz do smaku, natka pietruszki.

WYKONANIE: kalafior oczyścić, starannie opłukać i ugotować al dente w lekko osolonej i ocukrzanej wodzie. Odcedzić, wystudzić i podzielić na różyczki. Wymieszać ze sparzonymi rodzynekami, orzeszkami i majonezem. Przyprawić sokiem z cytryny, cukrem, solą i pieprzem. Posypać natką.

Kalafior po trybunalsku

SKŁADNIKI: duży kalafior, 1 szklanka młodego groszku,

kilka młodych ziemniaków, 1 pęczek koperku, 3 łyżki majonezu (lub jogurtu), 4 ząbki czosnku, sól, pieprz, szczypta cukru.

WYKONANIE: Kalafior ugotować al dente i odcedzić. Ziemniaki podobnie. Kalafior podzielić na różyczki, ziemniaki na półki. Młody groszek ugotować z dodatkiem cukru. Ostudzone ziemniaki i różyczki kalafiora wrzucić do salaterki, dodać drobno posiekany koperek i ugotowany groszek.

Po dokładnym wymieszanii dodać majonez i rozarty czosnek, doprawić solą z pieprzem.

Kotleciki z kalafiora

SKŁADNIKI: 1 kalafior, 2 cebule, kilka ząbków czosnku, pęczek świeżego koperku, 2 szklanki kaszy jaglanej, pół szklanki mąki ziem-

niaczanej, 4 łyżki dobrego sosu sojowego, sól, pieprz ziołowy, pieprz czarny, wędzona papryka, szczypta cukru, pół szklanki oleju rzepakowego.

WYKONANIE: kaszę jaglaną ugotować al dente. Kalafior zetrzeć na tarce. Cebulę pokroić w kostkę, przesmażyć na oleju. W misce wymieszać kalafior, kaszę i cebulę. Dodać mąkę ziemniaczaną, olej, drobno posiekany koperek, doprawić do smaku, wyrobić. Zwilżyć dłonie, formować małe kotleciki, układać na blaszce, wstawić do piekarnika nagrzanego do 180 stopni Celsjusza, piec 25 minut, otworzyć piekarnik, ostrożnie obrócić kotleciki, dopiec przez kilka minut. Podawać z kaszą gryczaną na sypko i pieczarkami z patelni.

Stek z kalafiora z młodymi ziemniakami i ogórkami małosolnymi

SKŁADNIKI: 2 średnie kalafiora, 4 łyżki dobrej oliwy, sól, świeżo mielony pieprz, 1 kg młodych ziemniaków, świeży koperek, 3 łyżki masła, kawałek zmrożonego masła czosnkowego, po 2 małosolne ogórki na osobę, olej na smażeniu.

WYKONANIE: z kalafiorów wykroić 4 steki o grubości 2 centymetry. Natrzeć oliwą, solą i grubo mielonym pieprzem, odstawić na pół godziny. Wstawić ziemniaki. Rozgrzać dużą patelnię grillową, wlać olej, wrzucić różyczkę kalafiora na próbę. Jeśli szybko się zarumieni, pojedynczo smażyć steki po kilka minut z każdej strony. Kartofle odcedzić, wrzucić masło i posiekany koperek, wymieszać. Steki wyłożyć na talerze, na każdym położyć po kawałeczku czosnkowego masła, posypać odrobiną świeżo zmielonego pieprzu, podać z młodymi ziemniakami i ogórkami małosolnymi.

Zupa kalafiorowa po belwederku

SKŁADNIKI: 1 średni kalafior, 25 dag małych pieczarek, 4 szklanki bulionu warzywnego, 2 szklanki mleka kokosowego, 2 żółtka, mąka, sól, pieprz, sok z cytryny, natka pietruszki, 2 łyżki tartego sera Bursztyn.

WYKONANIE: kalafior umyć, podzielić na różyczki, zalać bulionem, ugotować. Pieczarki przekroić na półki, krótko i mocno przesmażyć na maśle, dodać do zupy, wlać mleko kokosowe, gotować 3 minuty. Na maśle zrobić zasmażkę z mąki, dodać do zupy. Żółtka rozmieszać z kilkoma łyżkami zupy, wlać do garnka. Doprawić do smaku solą, pieprzem i sokiem z cytryny, na talerzu posypać startym serem Bursztyn i natką pietruszki.

